

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ
FACULTAD DE CIENCIAS Y ARTES DE LA COMUNICACIÓN



Cantar para comunicar: Beneficios en la comunicación interpersonal de adolescentes a través del conocimiento de su voz como instrumento musical

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ARTES ESCÉNICAS

AUTORA

ROCÍO ANAITÉ CAYCHO VERÁSTEGUI

ASESORA

YOLANDA LUISA CLORINDA RODRIGUEZ GONZALEZ

Lima, Agosto, 2018

RESUMEN

Cantar es la expresión del alma, es poner las vulnerabilidades visibles a uno mismo y a un público. Cantar es mostrar lo más personal e íntimo que uno guarda al quedarse en silencio. Cantar es una disciplina artística que permite conocerse, valorarse y hacerse valorar. Cuando se aprende a cantar en grupo, todos pasan por un proceso que inicialmente puede causar miedo. Alzar la voz ante desconocidos puede ser muy intimidante y, por eso, el respeto y empatía se vuelven parte importante de aprender a cantar en grupo. Los beneficios del canto se pueden dar en distintas edades, sin embargo, en la etapa de la adolescencia, es necesario consolidar los valores como la empatía y el respeto para generar una mejor comunicación entre sus pares. El objetivo principal de esta investigación es analizar la evolución de la comunicación interpersonal de 9 adolescentes de nivel secundario en una institución educativa pública, durante el proceso de un taller de canto diseñado para que conozcan las capacidades musicales de su voz. La comunicación interpersonal implica relacionarse con los demás, con la capacidad de expresarse libre y respetuosamente, así como de escuchar empáticamente al interlocutor. Por otro lado, aprender a cantar implica el desarrollo de cualidades vocales específicas, el conocimiento de las propias capacidades y limitaciones, así como apertura a equivocarse en la práctica y confianza en el dominio de las cualidades descubiertas. Esta investigación cuenta con un diseño y desarrollo de un taller de canto en el que se demuestran los beneficios de aprender a cantar para mejorar la comunicación interpersonal de adolescentes. Los principales beneficios son la mejor expresión oral, causada por adquirir técnica vocal y autoconfianza; y la mejor capacidad de escucha, causada por combinar diversión, disciplina y comunicación empática, dando espacio para escuchar las opiniones de todos.

INDICE

Introducción	i
Capítulo I: Presentación y delimitación del tema	3
1.1. Planteamiento del problema y justificación	3
1.2. Estado del arte	5
1.3. Pregunta de investigación, hipótesis y objetivos	10
Capítulo II: Marco conceptual	11
2.1. Comunicación interpersonal	11
2.1.1. Modelo de la comunicación interpersonal	11
2.1.2. Motivaciones de la comunicación interpersonal	14
2.1.3. Competencia comunicativa en la relación interpersonal	16
2.1.4. Interacción con distintos números de personas	18
2.2. Expresión oral	21
2.3. Capacidad de escucha	24
2.4. Comunicación interpersonal: Expresión y escucha	26
Capítulo III: Diseño metodológico	28
3.1. Etapas de investigación	28
3.1.1. Etapa de recopilación de información	28
3.1.2. Etapa de diseño	29
3.1.3. Etapa de ejecución y análisis	30
Capítulo IV: Técnica vocal	32
4.1. Elementos de técnica infaltables	33
4.1.1. Respiración y alineamiento corporal	34
4.1.2. Resonancia	35
4.1.3. Registros	36
4.2. Sobre la clasificación de la voz	38
4.3. Dinámica de clase	39
4.3.1. Ejercicios de respiración y calentamiento físico	39
4.3.2. Calentamiento vocal	40
4.3.3. Ejercicios de técnica	41
4.3.3.1. Ejercicios para resonancia	42

4.3.3.2. Ejercicios para registros	43
4.3.4. Trabajo grupal	44
4.4. El camino apropiado para encontrar la propia voz	46
Capítulo V: Taller de canto “Conoce tu voz”	48
5.1. Ejercicios de calentamiento de cuerpo y voz	48
5.2. Plan de ejercicios de técnica	49
Capítulo VI: Sistematización y análisis del taller “Conoce tu voz”	54
6.1. ¿Cómo inició el taller conoce tu voz?	54
6.2. Proceso y selección de participantes	56
6.3. Evolución en la voz y comunicación interpersonal	58
6.3.1. Conociendo a los participantes	58
6.3.2. Técnica vocal y autoconfianza	62
6.3.2.1. Primera etapa	63
6.3.2.2. Segunda etapa	70
6.3.2.3. Tercera etapa	78
6.3.3. Capacidad de escucha y dinámica de trabajo	85
6.3.3.1. Primera etapa	86
6.3.3.2. Segunda etapa	88
6.3.3.3. Tercera etapa	90
6.4. Presentación de repertorio	93
6.5. ¿Qué piensan ellos?	98
6.5.1. Sobre lo que aprendieron y su forma de expresarse	98
6.5.2. Sobre su experiencia en la dinámica de trabajo	115
6.5.3. Mensaje a los adolescentes	121
6.6. Diferencias entre los dos grupos de participantes	124
6.6.1. Habilidades vocales y personalidad de los participantes	124
6.6.2. Cantidad de alumnos, frecuencia de clases y forma de trabajo	126
6.6.3. Personalidad de grupo	127
Capítulo VII: Conclusiones	128
Referencias bibliográficas	137
Anexos	140



*A mis alumnos y alumnas,
mi mayor motivación, y a todos aquellos
con ganas de cambiar el mundo con su voz.*

INTRODUCCIÓN

La presente investigación nació por el deseo de unificar las ciencias y artes de la comunicación con el canto. ¿Cómo es que el canto puede afectar la forma de comunicarse en una persona? ¿Es posible cantar para comunicar? Cuando una persona canta, está comunicando en el escenario, conectando con el público y haciéndole sentir sus emociones. Sin embargo, fuera del escenario, un cantante también es capaz de conectar con su interlocutor, debido a una serie de cualidades adquiridas en su experiencia cantando.

En la actualidad, por un lado se ven concursos de canto, busca de la fama o de ser el mejor cantante; por otro lado, también existen opciones para educar la voz de modo profesional, en búsqueda de la identidad como artista. Sin embargo, estos no son los únicos caminos que la música puede tomar en la sociedad. Por ejemplo, la música ha sido usada de modo terapéutico para lograr relajación, para mejorar el aprendizaje en las matemáticas, como sucede con el efecto Mozart, o para motivar la motricidad en niños. A pesar de esto, dentro del mundo musical, el canto continúa teniendo una vitrina más reservada para el entretenimiento y no tanto para la educación, y menos aún, para la educación de los adolescentes.

Los adolescentes, como personas en formación, se encuentran en el momento preciso para dar una buena base a su personalidad, autoconfianza y forma de relacionarse con los demás. Es también una etapa donde las exigencias escolares son estrictas y las opciones artísticas escasas. Es por eso que en esta investigación propongo un modelo de taller extracurricular para que los adolescentes puedan desarrollar su comunicación interpersonal al mismo tiempo que desarrollan su voz cantante.

En este documento, el primer capítulo expone la delimitación del tema, incluyendo el estado del arte como la base inicial para fundamentar la formulación de la hipótesis y los objetivos. En el segundo capítulo se presenta el marco conceptual, dividido en comunicación interpersonal, expresión oral y capacidad de escucha. En el tercer capítulo se presenta el diseño metodológico de la investigación, donde se formuló el

diseño básico del taller de canto como objeto de estudio. El cuarto capítulo expone las bases de técnica vocal encontradas a partir de entrevistas realizadas a profesores de canto lírico y contemporáneo. En el quinto capítulo se expone en detalle el esquema elaborado para el taller de canto y en el sexto capítulo se desarrolla el análisis en base a los resultados de la experiencia del taller. El último capítulo engloba lo encontrado en la investigación a modo de conclusiones.

Antes de dar paso a los capítulos, es pertinente agradecer al Vicerrectorado de Investigación por otorgar el premio PADET 2017 al proyecto de tesis que dio inicio al desarrollo de esta investigación. Asimismo, esta investigación no hubiera sido posible sin la guía y apoyo de mi asesora Yolanda Rodríguez. Gracias a ella y a los profesores entrevistados, por su colaboración y entusiasmo con la investigación.

Extiendo un agradecimiento especial a la directiva del colegio Romeo Luna Victoria, que acogió el desarrollo del taller de canto. Gracias por confiar y permitirme enseñar mis conocimientos de canto a tan maravillosos alumnos; y gracias a ellos por permitirme escucharlos y crear un vínculo que jamás olvidaré.

A mi papá y mamá, gracias por dejarme soñar y por el apoyo incondicional que siempre me han dado. A mis abuelos, gracias por inspirarme a ser mejor cada día y a confiar en la guía de Dios. A mi hermano, gracias por estar siempre presente. A mis hermanos en la fe y a mis hermanas intercesoras, gracias por su oración constante y palabras de aliento. A Dios, gracias por darme el don del canto, hacerme una mujer soñadora, haberme enseñado a hacer de mi trabajo un servicio de amor a los demás y por sostenerme cada día para finalizar esta investigación.

CAPÍTULO I

PRESENTACIÓN Y DELIMITACIÓN DEL TEMA

1.1. Planteamiento del problema y justificación

Aprender a cantar ayuda a reconocer la propia voz con sus capacidades y limitaciones. Por la experiencia que he tenido aprendiendo a cantar, he llegado a entender que cuando hay un mejor conocimiento de la voz cantada, el manejo de la voz hablada se vuelve más articulado y la comunicación con otras personas se vuelve más fluida. Esto sucedió en mí por distintos motivos:

El primer motivo fue que mi autoconfianza creció significativamente, dejé de tener miedo a alzar mi voz, empecé a disfrutar los nuevos sonidos que podía emitir; mientras más aprendía a usar mi voz, más confiaba en mí y viceversa; dejé de tener miedo a cantar en público y también de hablar en público, empecé a dar más mi opinión en conversaciones con mis compañeros y sentía más seguridad en que yo era una persona valiosa, al igual que todos. El siguiente motivo fue que tuve profesoras que más que profesoras fueron mentoras, me enseñaron a apreciar mi instrumento vocal y mi persona entera, me enseñaron de disciplina, compromiso, práctica constante, pero sobre todo de respeto mutuo. Al aprender a cantar, también aprendía a asimilar las indicaciones que me daban, entender que no era criticada, sino que aún tenía cosas por mejorar, y que si no me sentía cómoda, podría ser escuchada.

De pronto, me encontré comunicándome mejor en diferentes entornos y me di cuenta que gran parte de dicho crecimiento en mí se debía a una de las disciplinas escénicas que más amo: Cantar.

Al empezar a enseñar canto a adolescentes y jóvenes, fui descubriendo que en ellos sucedía lo mismo que sucedió en mí: Conocimiento vocal y personal, aumento de la confianza en uno mismo, diálogo respetuoso donde ambas partes se escuchan. Supe que probablemente no éramos casos aislados y que cabía la posibilidad de que otros adolescentes puedan obtener los mismos beneficios. Cantar puede ser una forma

indirecta para ayudar al adolescente a lograr hacerse escuchar en un contexto hablado; sin embargo, como lo expresan Nicole Becker y Jeanne Goffi-fynn (2016), al aprender a tener confianza en su voz, el alumno también desarrolla confianza para expresar sus ideas con respeto y sin miedo a ser rechazado.

Me parece importante abordar este tema para expandir la noción del canto más allá de un acto artístico inmerso en el mundo comercial o cultural. El canto puede ir de la mano con la educación y formación integral de toda persona, ayudando específicamente en la etapa de la adolescencia al desarrollo de la comunicación interpersonal. En vista de que es menos recurrente que haya talleres extracurriculares en instituciones públicas, pues que implica un distinto tipo de pago a quienes dirigen el taller, se decidió desarrollar este estudio mediante la realización de un taller de canto para nivel secundario de una institución educativa pública, donde se brindó de manera gratuita un espacio seguro para que los alumnos exploren su voz y así poder corroborar los beneficios en su comunicación interpersonal.

Ahora bien, es importante resaltar que en el siguiente estudio se trata el canto como una disciplina que requiere de determinadas técnicas para ejecutarse con éxito. Existen personas con talento que cantan sin haber aprendido una técnica, pero no obtienen los mismos beneficios en la comunicación interpersonal que obtiene una persona que ha podido estudiar y aprender a utilizar su voz con diversos matices.

Abordaré este tema dando énfasis a la importancia de aprender a hacer uso de las distintas posibilidades de la voz y cómo los beneficios se bifurcan hacia la expresión oral y capacidad de escucha, creando una mejor comunicación interpersonal. Todos los adolescentes comparten la misma necesidad de ser escuchados, mientras más los ayudemos a saber comunicarse con respeto, estaremos contribuyendo a formar una sociedad que también sepa escuchar y hacerse escuchar con respeto.

1.2. Estado del arte

Para realizar una exposición sobre la relación del canto y sus beneficios en la comunicación interpersonal de un adolescente, dividí este sub-acápite en dos partes. La primera está centrada en encontrar un consenso sobre las principales cualidades que se buscan desarrollar en el adolescente al participar del aprendizaje de una técnica de canto. Para esto, me apoyé en tres autores de la revista *Choral Journal*: Andrew Naseth, Graduado en *University of Minnesota* en el año 2002, con maestría en Educación Musical por *St. Thomas University* en el 2010, actualmente dueño de *High Note Studios* y profesor de coro escolar desde el 2011. Nicole Becker, directora musical con maestría en Música por *Indiana University* y doctorado en Educación por *Columbia University*. Es reconocida por su trabajo con coros de niños. Jeanne Goffi-Fynn, especialista de la voz con doctorado por *Columbia University*, ha dictado diversos talleres con *The Voice Foundation*, *The New York Singing Teachers Association (NYSTA)* y con *International Society for Music Education (ISME)*; además, es miembro de la *National Association of Teachers of Singing (NATS)*. Asimismo, fueron de utilidad los aportes de Scott McCoy, cantante y profesor de canto y pedagogía, que además ha sido presidente en *NATS* entre los años 2008 y 2010; y de Hanns Stein, cantante y académico checo-chileno, profesor de canto en el Departamento de Música y Sonología de la Facultad de Artes de la Universidad de Chile.

En una segunda parte me dediqué a definir las habilidades comunicativas que se desarrollan en un adolescente y los métodos que se han utilizado a través del canto para potenciar estas habilidades. Para esto, me apoyé en López y Encabo, autores del libro “Mejorar la comunicación en niños y adolescentes”. Así como en Melisa Stevanovic y María Frick, doctoras finlandesas en Sociología y Educación de Idiomas respectivamente, autoras de un artículo donde desarrollan una investigación a partir de la inclusión del canto en la vida cotidiana para mejorar la comunicación. También volví a recurrir a las autoras Becker y Goffi-Fynn para profundizar sobre unos ejercicios que estas autoras realizan en su taller. Por último, fue de utilidad un aporte de investigación sobre la educación en canto hacia adolescentes realizado por el investigador y director de coro, Alfonso Elorriaga, para luego dar paso a la hipótesis.

Para empezar a desarrollar la primera parte, me gustaría empezar con esta pregunta: ¿Cómo saber cuál es la técnica apropiada para aprender a cantar? Naseth (2012) dice que las variadas técnicas para postura y respiración se agruparon en tres grandes categorías: una basada en métodos tradicionales, otra basada en investigación científica de la voz y una última que intenta hacer una síntesis de ambas. El autor indica que hay diversas técnicas, pero que lo mejor es complementar estas para beneficiar el aprendizaje del alumno. Muchas técnicas de canto se han desarrollado, sin embargo hay una recurrencia en cuanto a las cualidades esperadas en alumnos de canto. Becker y Goffi-Finn (2016) comentan cómo aplican su técnica de trabajo en su coro de niños: Para empezar el entrenamiento de la voz, dirigen la atención de los estudiantes hacia las formas en cómo usan sus propias voces, ayudándolos a reconocer las elecciones inconscientes que hacen y poder brindarles opciones disponibles a ellos. Mientras los alumnos desarrollan la conciencia de esto, empiezan a identificar las formas en que les gustaría mejorar su voz. Como parte de este entrenamiento, introducen los conceptos de registro, resonancia y respiración (Becker y Goffi-Finn, 2016).

Por su parte, McCoy (2016) introduce el concepto de “imaginación” como parte de la pedagogía que deben aplicar los profesores para incentivar a sus alumnos a lograr las notas y estilos que deseen. El autor habla sobre el *prephonatory tuning*, el cual consiste en escuchar en la cabeza el sonido antes de reproducirlo; al reproducirlo, el alumno debe hacerlo exactamente en el mismo tono y timbre vocal en el que lo escuchó. Si acierta, su entonación es adecuada. Este ejercicio de oído es esencial, sin embargo llega un momento en que el alumno sigue reproduciendo lo mismo propuesto por el profesor y no llega a sacar todo el potencial de su voz. Es por ello que McCoy (2016) incentiva la imaginación del alumno, dejarla surgir más allá, para que el alumno se imagine a sí mismo cantando notas nuevas y lo pueda poner en práctica hasta que su imaginación sea más grande en posibilidades. Por ejemplo, el autor indica que con frecuencia ocurre que cuando un profesor brinda una instrucción precisa, el alumno la sigue con exactitud y tiene éxito, pero sólo una vez. A la segunda repetición, la imaginación y *prephonatory tuning* han reiniciado la tendencia habitual de la voz, es decir que ya no sale el éxito inicial. Es por eso que la imaginación y el oído deben estar completamente enlazados para que el nuevo sonido sea siempre confiable (McCoy, 2016).

Además de la imaginación, el registro de la voz también es un factor importante. Toda persona debe conocer sus posibilidades y limitaciones para evitar dañarse. Una vez dominada la imaginación y conociendo las posibilidades del registro personal, se genera autoconfianza, pues la voz en realidad puede hacer cuanto nosotros le permitimos explorar. Becker y Goffy-Finn (2016) dicen que trabajar en balancear el registro permite al alumno conocer el potencial de su voz. Descubrir nuevas posibilidades en la voz propia es emocionante, es una experiencia diferente a simplemente recibir el comentario de que uno debe cambiar su forma de cantar. Por eso es importante que el alumno explore y descubra mediante una guía adecuada de su profesor.

Con respecto al modo de trabajo entre profesor y alumno, Hanns Steinn (2000) hace hincapié en que los profesores deben guiar al alumno a explorar distintos caminos hasta encontrar el adecuado para que ese joven logre desarrollar el potencial de su voz. También agrega que la formación de cantantes se basa en dos verdades: La respiración baja, abdominal, y la relajación de las musculaturas torácicas, claviculares, de la garganta y faciales. Esto es lo realmente importante al momento de aprender a cantar, aprender a respirar con una completa expansión de los pulmones. Dicha sensación varía en cada persona según su fisiología. Por esto, dice Steinn, el profesor debe estar atento a la vocalización del alumno y ayudarlo a proyectar sin abusar de su voz, es decir, llegar a usar su voz de manera saludable.

El aporte de Steinn a esta literatura, junto con lo recopilado de los otros autores, dieron pie a una posible resolución de mi primera pregunta: No existe una única técnica para aprender a cantar, más bien existen cualidades deseables en la voz a las que se pueden llegar por diversos caminos, que dependerán de las necesidades del alumno y la guía del profesor. Dentro de estas cualidades deseables están el manejo de registros, resonancia y respiración.

En la segunda parte de este estado del arte, quiero integrar el concepto de autoconfianza mencionado previamente por las autoras Becker y Goffi-Fynn ¿Cómo se relaciona ésta al aprendizaje del canto? ¿En qué medida influye en la comunicación interpersonal? Los autores López y Encabo (2001) plantean que una de las razones por las que se

produce falta de comunicación fluida entre los seres humanos es por la falta de recursos que poseen. Ellos proponen que en el proceso formativo de una persona se le debe proporcionar competencias:

La competencia comunicativa sería lo que una persona que hace uso de su lengua necesita conocer para poder poner en juego sus procesos comunicativos, lo cual implica preparar a la persona para saber interactuar en una serie de situaciones que difieren unas de las otras (López et al., 2001, p. 28).

Entonces, la competencia comunicativa busca que la persona se pueda desenvolver en distintas situaciones. ¿De qué forma el canto, como arte escénico, puede potenciar la comunicación interpersonal en distintos ámbitos cotidianos?

Stevanovic y Frick (2014) realizaron un estudio en el que tomaron el canto como un medio para ayudar a los jóvenes a socializar y romper tensiones. En este estudio citan a Goffman (1981) para explicar la idea de que hablar contiene distintos componentes al interactuar. Según el aporte de Goffman, estos componentes son: La persona a cargo del acto físico de hablar (animador), el que ha compuesto el mensaje comunicado (autor) y el que se compromete a lo que se está diciendo, tomando la responsabilidad por sus causas y efectos (director). Estos componentes de la agencia pueden ser distribuidos entre distintos actores, como en el caso de un policía que lee un mensaje prescrito (Stevanovic et al., 2014).

Sucede que las personas suelen pensar que una sola persona cumple los tres componentes, cuando en realidad pueden ser distintos. Al cantar, utilizamos canciones de otros autores y eso quita la tensión sobre lo que las letras de estas canciones contienen. Lo que Stevanovic y Frick presentan en su estudio son ejemplos de cómo, al cantar una persona en medio de una conversación, puede dar la agencia de su mensaje a otro autor; así liberar tensiones y a su vez sentirse más libre de expresar algo que piensa. Si bien este estudio no va dirigido directamente a una técnica de canto, sí demuestra la libertad y espontaneidad que puede surgir en un joven. Por ejemplo, si en un momento de estrés queremos callar a la otra persona, en lugar de decirle “cállate” podemos

decirle: *“Stop! In the name of love, before you break my heart”* o *“No digas nada más, por favor. Entiende que me tengo que ir”*. Esto hará que el receptor entienda el mensaje sin sentirlo agresivo.

Por su parte, Becker y Goffi-Fynn (2016) brindan cinco pasos que hacen en su taller de coro para mejorar no sólo la técnica, sino también la confianza de sus alumnos. El primer ejercicio que hacen en clase es permitir a sus alumnos colocar en una pizarra las sugerencias de repertorio que quieren cantar. Esta opción les permite saber que sus opiniones son apreciadas. El segundo ejercicio es otorgar “solos” a los alumnos que se sientan preparados para ello, a diferencia de imponerlos, como se hace en otros coros. En este caso, los alumnos deciden cuándo cantar, y para esto se les permite probar en los ensayos. El tercer ejercicio consiste en preguntar regularmente a los alumnos cómo se sienten en el coro, por medio de entrevistas y cuestionarios. Esto permite a las profesoras saber si su trabajo como docentes está marchando bien y si hay detalles que no perciben en los ensayos, además que permite al alumno estar al tanto de su desempeño vocal y musical, y así apropiarse de su proceso de aprendizaje. Un cuarto paso consiste en trabajar las letras de las canciones, hacer que los alumnos las digan con sus propias palabras y que las relacionen con su experiencia para hacerlas más personales. Por último, hacen énfasis en entrenar a sus alumnos como personas de escucha activa y solucionadores de problemas, capaces de proponer, para que no se acostumbren a sólo seguir indicaciones para comunicar sus decisiones musicales.

Para finalizar, quiero agregar un breve pero importante aporte de Elorriaga (2011) sobre una propuesta de canto colectivo en adolescentes. El autor comenta cómo la confianza se genera en los estudiantes debido al entorno positivo de aprendizaje mediado por el profesor haciendo del salón de clases un espacio libre de juicios externos sobre la voz. Así pues, el apoyo del profesor en el aprendizaje será esencial para lograr buenos resultados. Entonces, a partir de las ideas de estos autores, podemos ver que tanto la relación con el profesor y la confianza en las posibilidades de la voz son factores importantes para que el alumno desarrolle su voz cantante; esta combinación será la que ayude al alumno a superar nuevas barreras y pueda expresarse mejor en un contexto

hablado, siendo capaz de socializar sin inconvenientes. Por estos motivos, se formulan la pregunta de investigación, hipótesis y objetivos expuestos a continuación.

1.3. Pregunta de investigación, hipótesis y objetivos

¿Cómo se beneficia la comunicación interpersonal de los estudiantes de secundaria de una I.E pública a través de un taller de canto?

La hipótesis que planteo es que al aprender a cantar dentro de un taller de canto, el adolescente mejora su comunicación interpersonal debido a dos factores. El primero es el manejo de la expresión oral que se genera como consecuencia de la autoconfianza y habilidades técnicas que surgen al conocer las capacidades de su voz como instrumento musical. El segundo es la capacidad de escucha que resulta de la dinámica de trabajo con la profesora y compañeros.

Objetivo General:

Analizar la evolución de la comunicación interpersonal de un grupo de 9 adolescentes, alumnos de nivel secundario de una institución educativa pública, durante el proceso de un taller de canto diseñado para que conozcan las capacidades musicales de su voz de manera saludable.

Objetivos Específicos:

- Identificar y comparar las técnicas aprendidas por profesores de canto y cómo son utilizadas en clases de canto dirigidas a adolescentes.
- Diseñar un taller de canto que reúna las cualidades necesarias para que los alumnos descubran de forma saludable todas las capacidades de su voz.
- Analizar la evolución de la comunicación interpersonal a través de la implementación del taller, para esto se analizará la relación entre expresión oral, técnica vocal y autoconfianza, así como la relación entre capacidad de escucha y dinámica de trabajo con la profesora y compañeros.
- Integrar la relación entre el canto, la comunicación interpersonal, expresión oral y capacidad de escucha.

CAPÍTULO II

MARCO CONCEPTUAL

Para este estudio es necesario entender la expresión oral y la escucha como elementos propios de la comunicación interpersonal. Para esto, en este capítulo se abordó el concepto de comunicación interpersonal, sus componentes y motivaciones; asimismo, se indagó sobre la competencia comunicativa en la relación interpersonal y los tipos de contacto entre individuos. Por último, se desarrolló el tema de la expresión oral y capacidad de escucha, su naturaleza y relación con el acto comunicativo.

2.1. Comunicación interpersonal

2.1.1. Modelo de la comunicación interpersonal:

Cuando se habla de modelos de comunicación, se entiende que existe una guía o esquema universal para entender su funcionamiento. En palabras de Mortensen, profesor emérito del Departamento de Comunicaciones de la Universidad de Wisconsin-Madison de Estados Unidos, un modelo es una representación sistemática de un objeto o evento de forma idealizada o abstracta (Mortensen, 1972a). Sin embargo, el mismo autor expresa que es necesario variar el concepto de modelo para entender la comunicación como parte de un sistema social, el cual, a diferencia de una teoría o modelo, es una orientación general que busca entender al hombre como un ser integral en lugar de un ser creado por componentes aislados. Es por eso que, dice Mortensen (1972a), hay que pensar en la comunicación como la interacción de las personas a través de mensajes.

Mortensen habla de la comunicación como una realidad interactiva que no se puede reducir a un modelo, sino que es preferible concebirla dentro de un sistema. Sin embargo, para Víctor Miguel Niño Rojas, Licenciado en Filología e Idiomas de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, especializado en la enseñanza del idioma español en el Instituto Caro y Cuervo de Bogotá, y con Doctorado en Filosofía y

Letras (Lingüística Hispánica) en la Universidad Complutense de Madrid, España, sí hay un modelo que puede englobar el acto de comunicación interpersonal.

Existen dos formas de entender la comunicación, explica Niño (2003a), una es la forma unidireccional, es decir la transferencia de información de un punto a otro, mientras que la otra es la comunicación bidireccional o dialógica, la cual dice Kaplún, citado por Niño (2003), sugiere la idea de diálogo, intercambio, correspondencia y reciprocidad. Esta última complementa la concepción de comunicación que propuso Mortensen y, en base a ella, Niño propone que “comunicarse es el acto de hacer circular, compartir o intercambiar, por algún medio, experiencias entre dos personas o más personas, con un propósito particular, y en situaciones reales de la vida humana” (Niño, 2003a, p. 4). A partir de esta definición, el autor elabora un modelo comunicativo que cuenta con los siguientes componentes: Primer interlocutor, segundo interlocutor, código, mensaje, canal y contextos.

En este modelo se habla de interlocutores, ya que el acto de enviar y recibir mensajes es una constante entre ellos. Mientras que el primer interlocutor produce un mensaje con un propósito hacia alguien en particular, teniendo en cuenta que su mensaje puede llegar a destinos no intencionales, el segundo interlocutor decodifica la señal e interpreta el contenido según su propia experiencia y contexto. El código existe para significar el conjunto de signos que pertenecen al ámbito cultural y social. El mensaje contiene una intención comunicativa que considera los intereses, necesidades y características del interlocutor. El canal puede ser verbal, de modo que la señal se da por las ondas sonoras producidas por el aparato fonador y articulatorio del hablante. El contexto se refiere a la realidad o circunstancias históricas, culturales y sociales (Niño, 2003a).

En este modelo, la acción de los interlocutores se entiende como un acto comunicativo: “Una acción unitaria mediante la cual alguien produce un enunciado con sentido sobre el mundo con destino a otra persona por medio de un código y en un contexto real determinado” (Niño, 2003a, p. 2).

Julia T. Wood, profesora de humanidades y comunicaciones, poseedora de diversos premios de educación, como el *Caroline R. and Thomas S. Royster Distinguished Professor of Graduate Education* (2012) y el *Donald C. Ecroyd Award for Outstanding Teaching in Higher Education, National Communication Association* (2006), explica tres modelos de la comunicación: El primer modelo al que hace referencia Wood (2007) es el lineal, propuesto por Laswell, en el cual se explica el proceso de cómo una persona actúa sobre la otra. Este es el modelo que conocemos bajo los términos de quién (emisor), dice qué (mensaje), por qué canal, a quién (receptor). Luego, Shannon y Weaver agregaron el término 'ruido', que hace referencia a todo lo que intervenga en la recepción de la información que no permita entender el mensaje por completo. El siguiente modelo es el interactivo, en el cual el receptor responde y el mensaje se entiende según el contexto personal de experiencia de los interlocutores. Este contiene los elementos mencionados en el modelo propuesto por Niño en las líneas anteriores. Sin embargo, para la autora, a pesar de que este modelo es un paso más adelante del lineal, no llega a comprender el dinamismo de la comunicación interpersonal.

El tercer y último modelo que expone Wood (2007) es el transaccional. Para la autora, este modelo sí enfatiza el dinamismo de la comunicación interpersonal y los múltiples roles que las personas asumen durante dicho proceso. El modelo transaccional incluye el factor tiempo, el cual hace que varíe la comunicación entre las personas según pasa el tiempo. Las experiencias nuevas hacen que las personas cambien sus formas de interactuar con otros, así como pasar más tiempo con un grupo de personas hace que las relaciones se vuelvan más informales e íntimas. En este modelo no se define a un emisor y receptor, en cambio, al igual que en el modelo de Niño, se habla de los interlocutores como comunicadores que participan igualmente en el proceso comunicativo.

Luego de exponer estos modelos, Wood (2007) llega a definir la comunicación interpersonal como un tipo de interacción entre personas, que involucra tanto el contexto compartido como el sistema personal de los interlocutores. Es así como se vuelve a lo propuesto por Mortensen, entendiendo la comunicación como parte de un sistema social.

Habiendo expuesto los aportes de Mortensen (1972a), Niño (2003a) y Wood (2007), en esta investigación se entenderá la comunicación interpersonal como un sistema donde participan dos o más interlocutores transmitiendo mensajes con objetivos específicos que serán comprendidos según el contexto y sistema personal de cada interlocutor. Dentro de esta definición se toman en cuenta los objetivos de los interlocutores, es por eso que a continuación se expondrá una clasificación de las motivaciones u objetivos comunicativos que invitan a los interlocutores a entablar contacto interpersonal.

2.1.2. Motivaciones de la comunicación interpersonal:

Para establecer un contacto interpersonal, es requisito previo tener alguna motivación u objetivo con la relación interpersonal que se va a sostener. Las autoras Westmyer, DiCioccio y Rubin (1998), en su artículo sobre competencia en la comunicación interpersonal, mencionan que para entender por qué las personas desarrollan la comunicación interpersonal, hay que entender que la comunicación se hace para lograr ciertos objetivos. Las necesidades interpersonales generan expectativas en el comportamiento comunicacional y los comunicadores son capaces de reconocer sus necesidades y motivaciones para poder escoger comportamientos comunicacionales particulares para satisfacerlas (Westmyer et al., 1998).

Westmyer et al. (1998) sostienen que la inclusión, control, afecto, placer, relajación y escape representan importantes motivaciones para la comunicación interpersonal. Las tres primeras motivaciones han sido aporte de Schutz, citado por las autoras, entendiendo la inclusión como la necesidad interactuar con otros, mantener interés y reconocimiento mutuo; el control como la necesidad de iniciar o mantener poder e influencia sobre otros al igual que mantener mutuo respeto por la competencia que se posee; el afecto como la necesidad de mantener relaciones basadas en amor, adoración o devoción así como sentir el apoyo y conexión con otras personas (Westmyer et al., 1998). Las siguientes tres motivaciones fueron aporte de Rubin, Perse y Barbato, citados por Westmyer et al. (1998), quienes dicen que el placer se relaciona con el entretenimiento, el escape representa la necesidad de evitar otras actividades, y la relajación describe la necesidad de descansar por medio de la comunicación.

Con dichas definiciones, se puede relacionar distintos ejemplos a cada motivación. En el caso del taller de canto diseñado en esta investigación, las motivaciones estuvieron enfocadas en la adolescencia. Se pudo verificar cómo cada motivación iba siendo satisfecha: La inclusión es vital en la adolescencia y sucede al tener puntos en común sobre los cuales comunicarse, como lo ha sido el canto. El control pudo verse en ellos al manejar su competencia vocal y respetar la competencia de cada compañero o compañera. El afecto se desarrolló entre los miembros del taller e incluso con la profesora, por el sentir colectivo de apoyo que se procuró transmitir. Las motivaciones de entretenimiento, escape y relajación no serían tan primordiales en análisis de esta investigación, sin embargo sí se vieron también satisfechas en el transcurso del taller, debido a que la participación de los alumnos fue de carácter voluntario y estaban realizando una actividades que era de su agrado, los hacía olvidar las responsabilidades escolares por un momento y los ayudaba a relajarse a la par que aprendían a cantar.

En su libro *Todos somos uno: La cultura de los encuentros*, Schutz define la inclusión, el control y afecto de la siguiente manera:

[...] con la palabra inclusión aludimos al sentimiento de ser importante y significativo, de tener méritos que nos hacen acreedores a la atención de los demás. (...) control es el sentimiento de competencia que incluye la inteligencia, la apariencia exterior, el sentido práctico y la aptitud general para enfrentar el mundo (...) el afecto está centrado en torno del sentimiento de despertar simpatía, de que la revelación del núcleo personal en su totalidad hará que se lo considere digno de ser amado (Schutz, 2001, p. 34).

Más adelante se podrá apreciar a detalle cómo estas tres motivaciones lograron satisfacerse por medio del taller de canto. Mientras que la inclusión y el afecto están relacionados con la dinámica de trabajo, el control está relacionado con las competencias comunicativas desarrolladas a partir de la técnica vocal aprendida.

Una vez que el interlocutor conoce sus motivaciones, y el objetivo hacia su o sus interlocutores es claro, deberá encontrar la forma adecuada de comunicarse, en ese caso que se habla sobre competencia comunicativa.

2.1.3. Competencia comunicativa en la relación interpersonal:

Las personas se comunican para satisfacer sus necesidades interpersonales, dicen Westmyer et al. (1998) pero a la vez que una persona dirige un mensaje a alguien, su interlocutor formará percepciones sobre su competencia comunicacional. Para formar una definición sobre la competencia comunicativa, Westmyer et al. (1998) recurrieron a distintos autores, Spitzberg, Rubin, Burner y Canary. Entre ellos, se llega a concluir que la competencia en la relación interpersonal depende del contexto en que se relacionan los interlocutores y se logra cuando un interlocutor es motivado a usar su conocimiento y habilidad para comunicarse efectivamente de un modo apropiado. Niño (2003a), por su parte, expresa que la competencia comunicativa recae en la eficiencia del acto comunicativo:

La competencia comunicativa consiste en un saber específico y el saber aplicarlo, saberes basados en un conjunto de conocimientos, aptitudes, actitudes y valores de los miembros de un grupo social, que los habilita para realizar actos comunicativos eficientes, en una situación específica, en un contexto real, según unas necesidades e intenciones y por determinados canales y códigos (Niño, 2003a, p.27).

En la cita de Niño (2003a) se puede ver que habla de *saberes*. Estos pueden ser verbales, por ejemplo el dominio de una lengua de modo audio-oral y lecto-escrito, y también pueden ser no verbales, como el dominio semiótico, las capacidades cognitivas, las actitudes y valores. Para el autor, hacer uso de estos saberes, según el contexto, es lo que generará una comunicación eficiente. Para Westmyer, DiCioccio y Rubin, es igual de importante el contexto de los interlocutores. Sin embargo, ellas hacen una división distinta a los saberes, ellas hablan sobre propiedad y efectividad, lo cual en realidad es sólo una forma diferente de englobar los saberes de los que habla Niño. Para las autoras,

lo apropiado cambiará según las normas sociales en que una persona se encuentre y la efectividad se cumplirá si se logran los objetivos con los que se iniciaron el acto comunicativo (Westmyer et al., 1998). Por esto, se puede decir que para tener una comunicación apropiada y efectiva, hay que dominar los saberes verbales y no verbales.

Como se mencionó, un saber verbal es el dominio de la lengua en modo audio-oral, lo que ocurre al escuchar, entender y poder expresarse en una lengua específica. En el caso de esta investigación, este dominio se verá afectado positivamente a partir del dominio de la voz como instrumento musical. Dentro de los saberes no verbales, se incluyen las capacidades cognitivas y en esta investigación se instruirá al grupo de adolescentes sobre técnica vocal para el correcto uso de su voz cantante, de modo que todos manejen el mismo conocimiento.

En cuanto a las actitudes, también incluidas en los saberes no verbales, ellas pueden influir de modo positivo en el acto comunicativo, tal como pasa con la empatía. Kaplún, citado por Niño (2003a) dice que la empatía “significa querer valorar a aquellos con los que tratamos de establecer la comunicación. Implica comprensión, paciencia, respeto profundo por ellos” (Niño, 2003a, p.35). Dentro de la empatía se puede también desarrollar el valor del respeto. Esta mezcla de empatía y respeto fue lo que se buscó fomentar en el taller de canto de esta investigación.

Uniando los aportes de los autores, se puede afirmar que la competencia comunicativa se mide por la efectividad del acto comunicativo, es decir si se cumplió el objetivo trazado del primer interlocutor o si fue satisfecha la motivación comunicacional, gracias al conocimiento y habilidades verbales; también, por la propiedad del acto comunicativo, es decir si fue acorde a la temática de conversación, a los valores o normas sociales de los interlocutores o saberes no verbales.

Dentro de dichos saberes, Niño (2003b) explica cómo se haría uso de ellos en una comunicación de tipo informal, en la cual se encuentran la conversación y el diálogo. Para que una conversación tenga éxito, y cumpla con la competencia comunicativa, es recomendable que su desarrollo suceda de forma oportuna, interesante y cortés. El ser

oportuno al momento de hablar implica saber interpretar la situación y a las personas involucradas, lo cual implica estar atento o en actitud de escucha: “La oportunidad depende de saber cuándo comenzar y cuándo terminar, en qué momento tratar determinado tema, qué respuesta dar, etc. Conviene recalcar sobre la importancia de saber escuchar y no interrumpir al interlocutor” (Niño, 2003b, p. 101). Por otro lado, cuando se habla de que una conversación es interesante, significa que ambos interlocutores se encuentran en sintonía al hablar del tema y pueden acercarse más fácilmente a generar empatía entre ellos: “El interés consiste en procurar aproximarnos al pensamiento y experiencias de nuestro interlocutor” (Niño, 2003b, p.101). Por último, tener cortesía al hablar es una actitud que genera mutuo respeto, por lo que conviene cultivarla: “El respeto a las personas, la empatía, el aceptar a los demás y el ser aceptado por ellos es la clave para una buena conversación” (Niño, 2003b, p. 101).

Teniendo en cuenta dichas características de una buena conversación, Niño dice lo siguiente:

Un buen conversador escucha y respeta la posición de los otros y expone con serenidad sus propias ideas y opiniones, sin sumisión, pero tampoco sin imposición. Aporta al tema información valiosa sin mezquindad ni egoísmo, y está siempre dispuesto a abordar otros temas, según la necesidad (Niño, 2003b, p. 103).

2.1.4. Interacción con distintos números de personas:

Frente al contacto interpersonal, los interlocutores son afectados en distintos niveles. Cooley, citado por Mortensen dice que la sola presencia de otra persona y la sensación de ser observados suelen causar incomodidad, duda y tensión (Mortensen, 1972b). Esto sucede en un primer momento, por ejemplo cuando dos personas se encuentran en un ascensor, o cuando hay dos personas en una sala de espera sentados a lado del otro, existe cierta duda en hablarle o no, cómo hablarle y cómo será su reacción.

Según Mortensen (1972b) la primera impresión es crucial para establecer el tono de la interacción. Durante los primeros momentos de la interacción suele haber más tensión y es por eso que las personas tienden a evitar los temas centrados en uno mismo. Luego de que el contacto interpersonal pasa la barrera inicial, la conversación sigue con el principio de reciprocidad, lo cual quiere decir que lo que sea que una persona haga, la otra persona está en obligación social de hacer lo mismo. Si no se da esto, la comunicación se vuelve unilateral o se siente una falta de confianza con el interlocutor. La reciprocidad también se puede entender como Niño entiende la cortesía. Una persona que no es cortés, no se interesará por responder con reciprocidad a una conversación.

Para dar un mejor ejemplo sobre la reciprocidad, Mortensen (1972b) cita a Homans, quien explica que, como sucede en la amistad, por alguna razón, cuando uno se relaciona con alguien por cierto periodo de tiempo, el comportamiento se ajusta al del otro y el del otro al propio, de modo que ambos se sienten a gusto. Dicho sentimiento de estar a gusto, sin embargo, sucede sólo luego de pasar juntos un periodo de tiempo. De modo general, un dúo es una forma única y complicada de comunicación, dice Mortensen (1972b), ya que suele ser bastante inestable y produce tensión. Esto es porque todo depende de las reacciones continuas de ambos interlocutores. En caso de hostilidad u opiniones diferentes no hay una persona arbitraria o poder por mayoría, sino que entre ellos se debe llegar a la unanimidad. Sin embargo, ambos tienen la posibilidad de vetar alguna propuesta o decisión. A pesar de que normalmente una persona toma la posición dominante y otra la posición pasiva, la posibilidad de vetar decisiones siempre hace que ambos tengan cierto grado de poder.

Cuando el número de interlocutores incrementa, suceden cambios en la forma de comunicarse. Mortensen (1972b) explica que incluso la persona que no dice nada o que comenta poco, contribuye en el encuentro interpersonal. Cada persona, activa o silenciosa representa una potencial fuente emoción, expectativa o incomodidad. Por otro lado, Niño (2003b) expresa que cuando el número es mayor a dos personas en las conversaciones, se debe hablar de comunicación de grupo, donde además surge un líder natural a tomar la dirección de la conversación. A continuación se describirá algunos tipos de grupos basados en este concepto.

En un grupo de tres personas, se aplica la regla de la mayoría de dos contra uno. Además, en grupos de 3 o 4 personas, según Fisher, citado por Mortensen (1972b) se tiende a formar un lazo de intimidad más grande que en grupos de mayor número, ya que cuentan con más tiempo individual para conversar entre ellos. Sin embargo, también son grupos donde la mayoría siempre dejará sólo a uno como la minoría. Esto hace que la satisfacción de los miembros del grupo, dice Mortensen apoyándose en los estudios de Bales, Slater y Hare, sea más alta en grupos de cinco. La satisfacción sería, recordando lo que expusieron las autoras Westmyer et al. (1998), el cumplir con los objetivos comunicacionales, necesidades o motivaciones que llevaron al encuentro interpersonal. Los grupos de cinco personas se ven más beneficiados ya que no hay la presión existente en grupos más pequeños, y cuando hay decisiones que tomar usualmente se forman divisiones de tres y dos personas, donde la minoría no queda en un individuo aislado. Esto puede variar, hay más flexibilidad al cambio de opiniones o estilos de participación sin necesidad de llamar mucho la atención. Por otro lado, cualquier cantidad sobre cinco miembros, suele reducir la participación individual e incluso la satisfacción del grupo (Mortensen, 1972b).

Cuando hay contacto entre varias personas, la relación interpersonal entre ellos toma en consideración todas las relaciones posibles, es decir, los sub grupos y la interacción de cada individuo con cada sub grupo. Mientras que el número de actos comunicativos incrementa cuando el número de individuos es mayor, una proporción mayor de personas expresarán menos contenido (Mortensen, 1972b). Esto significa que mientras más grande el grupo, menos tiempo tienen de hablar los miembros de este y habrá más personas que hablen menos de lo que normalmente hablarían. Asimismo, cuando esto ocurre, los individuos pasan por dos cambios en su forma de interactuar: Primero, su comunicación se dirige hacia el grupo completo como un colectivo, segundo, los más inhibidos se comunican sólo con la persona que tienen al costado. Por eso es común que en grupos grandes haya personas que hablan entre sí, en lugar de hablar al grupo completo. Sólo cuando el grupo no es ni muy grande ni muy pequeño, de modo que haya libre y cómoda conversación, los interlocutores pueden sentir una experiencia comunicativa más enriquecedora. Según Kinney, citado por Mortensen (1972b) los grupos pequeños muestran señales de estrés y tensión, pero también tienen más

potencial a fortalecer los lazos interpersonales. El número óptimo de personas dependerá del equilibrio entre las necesidades de libre expresión y participación, por un lado, y por el otro, de los requisitos particulares de las tareas del grupo (Mortensen, 1972b).

Por último, Mortensen habla sobre la interacción con una audiencia. A diferencia de las formas de interacción previamente explicadas, la interacción frente a una audiencia o público hace que disminuya la reciprocidad de la comunicación. Sin embargo, hace que en el hablante surja un nivel de energía al expresarse, es decir que crece una estimulación para dar lo mejor de sí en el escenario, aunque para otros pueda suceder lo contrario, terminando en ansiedad y falta de confianza (Mortensen, 1972b). En el taller de canto de esta investigación se procurará dar la confianza necesaria a los y las estudiantes para que su experiencia en el escenario sea positiva.

2.2. Expresión oral

Como se ha expuesto, parte de la comunicación interpersonal implica poder establecer un contacto oral con un interlocutor. Entonces, para tener éxito en una conversación, será importante desarrollar la expresión oral, lo cual Niño confirma: “Dado que la voz es el fundamento para una buena locución, es necesario educarla y cultivarla a través de ejercicios” (Niño, 2003b, p. 91). En esta sección, se busca explicar de modo sintético el funcionamiento de la voz hablada y cómo debería ser la correcta expresión en un hablante.

María Machuca, profesora de lengua y fonética en la Universidad Autónoma de Barcelona, explica el funcionamiento de la producción del habla del siguiente modo:

La producción de los sonidos se puede explicar partiendo de tres fases: a) la generación de una corriente de aire en las cavidades infraglóticas, que dota al sonido de energía suficiente para hacerlo audible; b) la fonación, producida en la cavidad laríngea, que proporciona la sonoridad a los sonidos que la necesitan e

identifica tipos de voz; c) la articulación, que tiene lugar en las cavidades supraglóticas y que moldea el sonido (Machuca, 2000, p.38).

En base a la división realizada por Machuca, se recogen los conceptos de respiración, fonación y resonancia, los cuales se desarrollarán en las siguientes líneas.

- a. **Respiración:** Es el primer mecanismo importante en la producción de sonido, ya que proporciona la fuente de energía necesaria. En la respiración intervienen las cavidades infraglóticas, es decir el diafragma, los pulmones, los bronquiólos, los bronquios y la tráquea (Machuca, 2000). La autora enfatiza que es necesario planificar cuánto aire inspirar antes de producir una frase. Mientras más larga sea esta, más aire será necesario. Además, las pausas para poder inspirar deberían, a su vez, coincidir con las pausas lingüísticas, para así no perder el sentido de un enunciado (Machuca, 2000).
- b. **Fonación:** Es la producción de la voz, que tiene su origen en la vibración de las cuerdas vocales localizadas en la laringe (Niño, 2003b). Las cuerdas vocales, también conocidas como pliegues vocales, son dos músculos gemelos que pueden variar de posición, dejando entre ellas un espacio triangular denominado glotis; a partir de la acción de las cuerdas vocales y el subsiguiente estado de la glotis se producen distintos tipos de fonación (Machuca, 2000). La acción de las cuerdas vocales se puede resumir en qué tanto contacto hacen entre ellas: “Se abren si se quiere dejar pasar el aire libremente, o se cierran en la espiración para vibrar y producir un sonido nítido que constituye la voz” (Niño, 2003b, p. 90).
- c. **Resonancia:** Es la amplificación de determinadas frecuencias de la onda generada por el aire que se expulsa de los pulmones y que atraviesa la cavidad laríngea. Se forma en las cavidades supraglóticas, es decir el conjunto de cavidades faríngea, oral y nasal, y según la forma que adopten los órganos en dichas cavidades, se obtendrán distintos sonidos (Machuca, 2000). De dichas cavidades, Machuca (2000) y Niño (2003b) concuerdan en que la cavidad oral es la de mayor trabajo, ya que en ella se desarrolla la articulación. La cavidad oral se extiende desde la faringe hasta los labios y en ella se encuentran órganos de

articulación móviles o activos, e inmóviles o pasivos. Los activos son: la lengua, los labios, y la mandíbula; los pasivos son: los dientes, los alvéolos y el paladar. Niño (2003b) también considera el velo del paladar como un órgano de articulación activo, sin embargo, Machuca (2000) lo considera pasivo. Debido a que el trabajo del velo del paladar no determina la pronunciación de los sonidos, no se considerará dentro de este estudio como un órgano activo, mas cabe aclarar que el movimiento del velo del paladar sí produce una emisión diferente en cuanto a la resonancia. Por otro lado, ambos autores concuerdan en que la lengua es el órgano con más relevancia en la pronunciación, ya que participa en la mayor parte de los desplazamientos articulatorios (Machuca, 2000; Niño 2003b).

Para que un hablante o comunicador pueda tener una adecuada expresión oral es básico que tenga una articulación clara y precisa, comenta Niño, por lo cual afirma: “Es importante ejercitarse para adquirir buenos hábitos articulatorios que aseguren la eficiencia comunicativa” (Niño, 2003, p. 91). Asimismo, el autor invita a comprender que los progresos en la educación de la palabra dependen, en gran parte, del mantenimiento de las mejores relaciones con los demás, y que si bien en la educación del habla se habilitan diversos procesos, aprender a hablar bien sólo se logrará con la práctica (Niño, 2003b).

A continuación se muestra la propuesta de Niño (2003b) como el perfil de un buen hablante:

- ✓ Posee un buen conocimiento de sí mismo y del mundo que le rodea.
- ✓ Posee total claridad conceptual sobre la materia que origina el discurso oral.
- ✓ Mantiene seguridad y confianza.
- ✓ Promueve atención, interés y participación de su oyente o interlocutor.
- ✓ Dirige su comunicación en base a los objetivos que iniciaron la interacción.
- ✓ Posee un buen conocimiento de la lengua y entrenamiento de las prácticas orales.
- ✓ Distingue cuál es el momento oportuno para tomar o dejar la palabra.

- ✓ Se adapta a las condiciones e intereses del oyente, al tipo de discurso y contexto.
- ✓ Escucha atentamente para comprender la información e intencionalidad de su interlocutor.
- ✓ Acepta a la persona del interlocutor y respeta sus ideas.

Los últimos enunciados hacen referencia a la importancia del interlocutor y la escucha que se debe mantener hacia este. “No es posible concebir un buen hablante sin que sea al mismo tiempo un buen oyente y viceversa” (Niño, 2003b, p. 97). Es por eso que en el siguiente acápite, se desarrollará el tema de capacidad de escucha.

2.3. Capacidad de escucha

El acto de escuchar requiere de todos los sentidos, requiere un esfuerzo, concentración e interés hacia el interlocutor para que haya un compromiso real entre los hablantes.

Escuchar es entrar en un proceso psíquico de comprensión y de reconocimiento de lo que significa la emisión. Las habilidades para escuchar dependen, en gran medida, de la capacidad desarrollada para atender y concentrarse, lo que a su vez, depende del acrecentamiento del interés y de la motivación (Niño, 2003b, p. 97).

Entonces, para poder tener mayor concentración, la motivación es el motor que impulsa un mejor acto de escucha, en otras palabras, si una persona no se siente motivada, simplemente no llegará a escuchar con detenimiento y entender el contenido del mensaje. Esta motivación puede ser distinta para cada uno, dependiendo de las circunstancias del encuentro interpersonal. En el caso de los adolescentes, la escucha no escapa de tal realidad, por lo cual es importante llegar a ellos a través de sus propias motivaciones.

Thomas Gordon, quien fue psicólogo clínico y pionero en la educación de métodos para desarrollar habilidades comunicativas y solución de conflictos para padres, profesores,

jóvenes, empresarios y trabajadores, y ha vendido más de siete millones de copias de todos sus libros a nivel mundial, en uno de sus artículos, dice de forma clara cuál es el efecto de la escucha: “Cuando nos dedicamos a escuchar a alguien, le estamos diciendo: Eres importante. Lo que haces me interesa” (Gordon, 2001, p. 38). Es por eso, que la presente investigación busca desarrollar la escucha recíproca en los adolescentes de modo que se sientan escuchados por la profesora e integrantes del taller, por ende, importantes; y que a la vez, sean capaces de escuchar.

Ernesto Ráez Mendiola, profesor peruano reconocido en el mundo del teatro, quien es acreedor del Premio *Toda una Vida a las Artes Escénicas 2013* otorgado en el XXVIII Festival Internacional de Teatro Hispano de Miami, ha publicado diversos textos sobre juegos dramáticos, teatro escolar, arte y comunicación en el arte. Entre ellos, el artículo *La dimensión sensible de la expresión oral* explica cómo la expresión oral está vinculada con la escucha, entendida como empatía y sensibilidad hacia el interlocutor.

Según Ráez (1999) el proceso comunicativo inicia con el intercambio donde los hablantes adecúan sus intenciones y sincronizan sus experiencias para comprenderse y lograr una relación interpersonal donde el mensaje sea compartido de modo armonioso y eficiente. Esto quiere decir que la forma de hablar debe ser armoniosa y eficiente. Como se explicó en el acápite de *competencia comunicativa*, para eso existen saberes verbales y no verbales. Uno de estos saberes es el saber escuchar.

La escucha sucede entre ambos interlocutores y puede ser de las formas alumno-alumno, profesor-alumno o alumno-profesor. Ráez (1999) hace referencia a la comunicación profesor-alumno, insinuando que implica un nivel de amistad, donde la autoridad del maestro es amable y el respeto de los alumnos es sincero, es por eso que se alienta el diálogo y mutuo conocimiento que llevan al desarrollo de empatía y complementación que propicia el aprendizaje y la enseñanza. Es por esto que la forma de enseñanza en el taller de canto será guiado propiciando una amistad entre profesora-alumnas y alumnos. Sólo de esta manera ellos aprenderán con gusto y voluntad, incrementando su compromiso a las clases y a sus compañeros y compañeras.

Previamente se ha hablado sobre la empatía como una de las actitudes que beneficia el acto comunicativo. En esta sección, se vuelve a hacer hincapié a la empatía ya que se relaciona directamente con la escucha hacia el interlocutor. Al hablar de empatía, Ráez (1999) la relaciona con la sensibilidad comunicativa. Lo que expresa es que la empatía genera un sentimiento de solidaridad y respeto por el que habla, o en el caso de esta investigación, por el que canta. Es por eso que afirma: “La comunicación sensible es la actitud esencial de las correctas relaciones interpersonales, en la que se valora las características de los hablantes, sus mutuos deseos y expectativas, sus experiencias, lo que se dice y las circunstancias concretas de la comunicación” (Ráez, 1999, p. 13). En otras palabras, escuchar es esencial en la comunicación.

Esta última cita dialoga con el perfil del oyente que propone Niño (2003b). Según él, un buen oyente:

- ✓ Interactúa con el hablante, le aporta retroalimentación.
- ✓ Expresa interés por el interlocutor, lo mira al rostro, trata de decodificar los mensajes paralingüísticos y extralingüísticos.
- ✓ Valora el mensaje y estimula a su interlocutor.
- ✓ Es tolerante con su interlocutor y respeta sus ideas, su persona y el uso de la palabra.
- ✓ Elabora o asimila la información recibida, con el fin de emitir la respuesta cuando esta sea requerida.

2.4. Comunicación interpersonal: Expresión y escucha

En el presente marco teórico se ha procurado exponer cómo el éxito en la comunicación interpersonal está relacionado inevitablemente a una correcta expresión oral teniendo en cuenta las habilidades orales, el contexto y realidad del interlocutor; así como a poder escuchar con respeto y empatía según el contexto social, los valores propios y del interlocutor, incentivando el diálogo y comprensión mutua. Una sociedad con personas que puedan comunicarse de dicho modo, sería una sociedad más pacífica con ciudadanos seguros de sí mismos sin necesidad de minimizar a las minorías.

En este estudio se realizará un taller de canto en el que se puedan entrenar tanto la expresión oral como la capacidad de escucha. La expresión oral se trabajará por medio de la técnica vocal para el canto mientras que la capacidad de escucha se desarrollará por medio de la dinámica de trabajo amistosa, empática y respetuosa entre profesora-alumnos y alumnos-alumnos. En el siguiente capítulo se desarrollará la metodología de trabajo utilizada para abordar esta investigación por medio del taller de canto diseñado: Taller de canto “Conoce tu voz” (en adelante el Taller).



CAPÍTULO III

DISEÑO METODOLÓGICO

Esta investigación es de corte cualitativo y se desarrolló en base a la experiencia del Taller de canto “Conoce tu voz”, dirigido a alumnos de secundaria del Colegio Nacional Mixto N° 7089 Romeo Luna Victoria. Por medio de este Taller se pudo analizar el crecimiento en la comunicación interpersonal de los y las participantes.

3.1. Etapas de investigación:

Las etapas fueron elaboradas en base a los objetivos específicos, divididas en etapa de recopilación de información, etapa de diseño, y etapa de ejecución y análisis.

3.1.1. Etapa de recopilación de información: Técnicas utilizadas por profesores de canto.

Para el primer objetivo específico se indagó sobre las técnicas que los profesores de canto enseñan en Lima. La obtención de dicha información fue a través de entrevistas (Ver anexo 1) a profesores que enseñan canto en colegios, universidades o instituciones dedicadas a la voz cantante. La selección de profesores se hizo por institución reconocida a nivel musical. Por un lado, están las instituciones superiores como la Universidad Nacional de Música y la Especialidad de Música de la PUCP, en las cuales se entrevistó tanto a profesionales de la voz en estilo lírico como estilo popular. Por otro lado, dos colegios que han formado parte de los concursos corales de Nueva Acrópolis. Por último, se recurrió a una fuente internacional para ampliar la visión sobre el cuidado y desarrollo de la voz, New York Vocal Coaching, institución reconocida a nivel mundial por entrenar a cantantes de distintos estilos musicales, ya sea contemporáneos, líricos o de teatro musical. En el capítulo IV se han especificado datos sobre la educación vocal de cada profesor entrevistado y se han mantenido en reserva los nombres de los profesores de coros escolares bajo criterio ético.

3.1.2. Etapa de diseño: Diseño de un taller de canto que reúna las cualidades necesarias para que los alumnos descubran de forma saludable las capacidades de su voz.

Con la información de dichas entrevistas se seleccionaron los puntos en común en la enseñanza del canto. Finalmente se solicitó el juicio experto de Cleia Luna, profesora de canto popular de la Especialidad de Música de la Facultad de Artes Escénicas de la PUCP, con larga experiencia en la enseñanza y estudio de la voz. En base a esos elementos se diseñó el plan de trabajo del Taller. A continuación, se presenta la estructura general diseñada originalmente.

Taller de canto “Conoce tu voz”:

- **Objetivo:** Brindar un espacio donde el alumno pueda conocer su voz cantante y para bien de la investigación, ser herramienta para analizar la evolución de la comunicación interpersonal de los participantes.
- **Participantes:** Este taller fue diseñado para un grupo mixto de adolescentes entre 3ro y 5to de secundaria. Se eligió este público específico ya que se encuentran en la etapa de la adolescencia media (13 a 16 años) donde están aprendiendo a relacionarse entre sí, intentando ser fieles a ellos mismos. La adolescencia es una etapa donde es necesario fortalecer la autoconfianza y el respeto por el otro, es la etapa clave para tener un buen cimiento en la adultez, es por eso que este estudio se dirige a motivarlos a creer en sí mismos, a usar su voz para decir sus sentimientos y/o conocimientos, y a la vez, aprender a escuchar al otro con empatía. Con el ideal de formar una sociedad donde haya más adultos que puedan comunicarse con efectividad, es que se realizó el Taller con dichos futuros adultos.
- **Número estimado de alumnos:** Máximo 8 alumnos.
- **Frecuencia:** 2 veces por semana por 3 meses.
Primer mes: Preparación en técnica vocal; respiración, control de laringe, control de compresión de las cuerdas vocales, reconocimiento de registros y resonancia.

Segundo y tercer mes: Entrenamiento en técnica y repertorio; práctica de toda la técnica aprendida mediante el aprendizaje de canciones grupales e individuales de variados estilos contemporáneos para que los alumnos puedan usar todos sus registros.

- Duración de clase:

Primer mes: 1 hora de trabajo grupal, deteniéndose por cada alumno según necesidad.

Segundo y tercer mes: 2 horas. La primera hora dedicada a trabajo grupal y la segunda hora a trabajo individual de 4 alumnos, mientras que los demás aprenden observando y atendiendo a las indicaciones hechas a su compañero o compañera.

- Muestra final: Presentación de repertorio con canciones solistas y grupales, con música en vivo a cargo de un pianista y guitarrista contratados. Para esta presentación hubo ensayos con músicos en horario de clase, además del ensayo general en el Auditorio donde se realizó la muestra.

3.1.3. Etapa de ejecución y análisis: Análisis de la evolución de la comunicación interpersonal a través de la implementación del taller

Herramientas de análisis durante el Taller:

- Observación participante.- Realizada por la profesora y autora de esta tesis. Luego de cada sesión se realizó apuntes o videos personales, a modo de memorias personales.
- Encuesta inicial a participantes del Taller.- Ficha de información general sobre sus conocimientos, gustos musicales, incentivos para cantar, metas personales y expectativa del Taller (Ver anexo 2).
- Registro de video.- Cada clase fue grabada para revisar las mejoras progresivas de cada participante en un análisis de observación posterior.
- Asesorías especialistas.- Se mantuvo comunicación constante con 2 psicólogas de la institución para conversar sobre el desarrollo de los participantes. Ambas asistieron una vez a observar y brindar comentarios sobre el comportamiento del grupo. Asimismo, asistió a una clase la profesora Cleia Luna, especialista en

canto de FARES PUCP que había sido entrevistada previamente para el diseño del Taller.

Herramientas de análisis posteriores al Taller:

- Entrevistas a los alumnos.- Sobre su experiencia en el Taller, complementando la encuesta que se les hizo sobre sus expectativas en la primera sesión (Ver anexo 5).
- Matriz de variables e indicadores (ver anexo 3 y 4).- Realizada en base a las variables encontradas en la hipótesis; técnica vocal, incluyendo todo lo que su trabajo implica; autoconfianza, entendida como la confianza que los adolescentes tienen en sí mismos al cantar o expresarse mediante la palabra frente de los demás, rompiendo las barreras del miedo; y la capacidad de escucha, entendida como la atención en silencio e interés que los adolescentes desarrollan hacia la participación de sus compañeros y las indicaciones de la profesora. El llenado de esta matriz fue hecho en base al registro de video y memorias personales.

Debido a que este estudio contó con la participación de menores de edad, el trato con los padres de familia fue esencial. Por esto, se organizaron reuniones donde asistieron a informarse y hacer preguntas, para luego firmar el documento de consentimiento informado necesario para poder usar la información recogida de sus hijos e hijas (Ver anexo 7).

CAPÍTULO IV

TÉCNICA VOCAL

Según los objetivos específicos de esta investigación, el primero se dedicó a identificar y comparar las técnicas utilizadas por profesores de canto, y cómo son utilizadas en clases dirigidas a adolescentes. Para recopilar información sobre las técnicas de canto utilizadas, se entrevistó a dos profesores de coros escolares, una profesora de la Universidad Nacional de Música, dos profesoras de la Especialidad de Música de la PUCP y un profesor de canto contemporáneo de nivel internacional. Fueron entrevistados en Lima entre octubre y noviembre del 2016, y vía *skype* en noviembre del 2016.

De los profesores de coros escolares, uno es especializado en educación musical y dirección de coros, con formación en el Conservatorio Nacional de Música y en la Escuela Nacional de Folklore José María Arguedas. Se ha desarrollado como docente de música y coro desde hace 20 años. Actualmente es director del coro de un colegio ubicado en San Borja, que además ha sido ganador en el concurso de Música Nueva Acrópolis 2016. El otro profesor es además cantautor y músico profesional en estilos populares, formado con profesores de conservatorio a través de distintos institutos y clases particulares. Tiene más de 20 años de experiencia enseñando en colegios y actualmente es profesor del coro de un colegio ubicado en el distrito de San Isidro.

Erika Camacho, Licenciada en Música con especialización en canto lírico en la Universidad Nacional de Música, es cantante soprano con un diplomado en Pedagogía Vocal. Ha dirigido coros de jóvenes y se ha desarrollado como profesora de canto dentro de los cursos de extensión en la Universidad Nacional de Música y clases particulares.

Pilar Ciruelos, especializada en canto lírico y teoría musical, se formó en piano, educación musical y canto en el Conservatorio Nacional de Música, ahora Universidad Nacional de Música. Actualmente enseña canto lírico y teoría musical en la Especialidad de Música de la PUCP.

Cleia Luna, especializada en canto contemporáneo. Se formó en técnica clásica en el coro Madrigalista de la PUCP. Estudió música en Argentina y ha desarrollado su voz a partir de la investigación de distintos métodos de técnica vocal, entre ellos, *Speech Level Singing*, *el método funcional de la voz de Eugene Rabine*, *voicecraft* y *la técnica vocal completa*. Actualmente es profesora de canto popular y pedagogía vocal en la Especialidad de Música de la PUCP.

Justin Stoney, fundador de *New York Vocal Coaching*, es un reconocido profesor de canto a nivel internacional. Es uno de los líderes en educación vocal de la industria musical. Empezó su formación como cantante en la Opera Metropolitana de Estados Unidos y estudió Teatro Musical en la Universidad de Michigan. En Nueva York estudió con profesores de rock y pop. Antes de convertirse en profesor ya había desarrollado su voz en estilo ópera, Broadway, jazz, pop y rock, por lo cual ahora su método de enseñanza se aplica a distintos estilos.

Entonces, dentro de los profesores entrevistados, hay tres especializados en canto lírico y tres, que además de haber recibido formación lírica, se han especializado en canto popular o contemporáneo. Con dichas entrevistas se buscó cubrir los rubros de técnicas vocales e indagar sobre la dinámica de clase.

4.1. Elementos de técnica infaltables

Los elementos de técnica vocal que mencionaron los profesores entrevistados fueron los siguientes: La respiración, la cual incluye el apoyo diafragmático natural y brinda potencia a la voz; el alineamiento corporal, ya que todo el cuerpo es el instrumento; la resonancia o el uso de resonadores, de modo que la voz se sienta en todo el cuerpo; y los registros vocales. A continuación, se describirá en detalle qué implica cada elemento, complementando la información recogida de las entrevistas con lo desarrollado en el acápite 2.2.

4.1.1. Respiración y alineamiento corporal:

La respiración, como se explicó en el acápite 2.2., es el primer mecanismo importante en la producción de sonido, ya que proporciona la fuente de energía necesaria, y en ella intervienen el diafragma, los pulmones, los bronquiólos, los bronquios y la tráquea (Machuca, 2000). Sin energía, no hay soporte para la voz, por esto algunos profesores hablan de apoyo diafragmático. En realidad, ese término hace referencia a la capacidad de mantener el aire en los pulmones por una cantidad de tiempo constante para que la voz salga fuerte, o potente, no susurrada. Esto explica por qué cuando una persona está débil o mal de los pulmones, no puede emitir un sonido claro, y es que no tiene suficiente aire.

Por otro lado, La profesora Cleia Luna enfatiza que la relajación del cuerpo es esencial, ya que el movimiento y el cuerpo están ligados a la voz. Asimismo, la profesora Erika Camacho explica cómo el cuerpo completo es el instrumento musical y para poder emitir un sonido libre y potente, este debe estar alineado. Es común ver estudiantes de canto con distintos puntos de tensión debido a no poseer una respiración adecuada. Por ejemplo, algunos alumnos tensan los hombros o la mandíbula, ya que no tienen suficiente aire y generan la fuerza con la garganta y músculos aledaños en lugar de generar su energía en la respiración.

Justin Stoney explica que, sin importar el estilo del cantante, lo primero en desarrollarse debe ser la respiración, y para eso el *appoggio breath* funciona tanto para cantantes líricos como cantantes de música contemporánea. Este tipo de respiración consiste en combinar la respiración abdominal e intercostal, de modo que los hombros estén relajados. Además, permite mantener una moderada cantidad de aire fluyendo de modo controlado. Esto es confirmado por todos los profesores entrevistados, que insinuaron la importancia de respirar hacia los intercostales, relajando el abdomen o combinando ambos.

Una correcta respiración necesita que los músculos del tórax y de la zona abdominal se expandan para dar paso a que los pulmones se ensanchen y que los hombros no se

eleven forzosamente, esto sólo se logrará por medio de la relajación de los músculos involucrados y de una postura alineada. Además, la dosificación del aire es importante para no dejar que se escape todo el aire de un empujón, sino controlar su salida de modo natural. Por estos motivos, respiración, relajación y alineamiento corporal son elementos que van de la mano.

4.1.2. Resonancia:

La resonancia, explicada también en el acápite 2.2., es la amplificación de determinadas frecuencias de la onda generada por el aire que se expulsa de los pulmones y que atraviesa la cavidad laríngea. Se forma en el conjunto de cavidades faríngea, oral y nasal, y según la forma que adopten los órganos en dichas cavidades, se obtendrán distintos sonidos (Machuca, 2000). De dichas cavidades, se explicó que la oral, que se extiende desde la faringe hasta los labios es la de mayor trabajo, ya que en ella se desarrolla la articulación.

Justin Stoney explica que la resonancia proviene principalmente del movimiento de la laringe. Mediante el movimiento de la laringe el sonido podrá ser más oscuro o profundo, cuando esté posicionada en un nivel más bajo, y su sonido se irá neutralizando mientras suba, hasta llegar a ser un sonido más plano y chillado al llegar a una posición más alta. Las posiciones de la laringe son diferenciadas en media o neutral, baja y alta. De estas, Stoney dio un énfasis mayor en el uso de la posición neutral, la cual se usa naturalmente en la voz hablada y es importante que todo cantante pueda encontrar dicha neutralidad en la voz al momento de cantar para liberarla de cualquier predisposición a un estilo específico. La laringe baja da más profundidad al sonido y es importante desarrollarla en cualquier estilo de canto, ya que existe la tendencia de subir demasiado la laringe a la par que se sube a tonos altos, ocasionando dolor; por esto, se debe aprender a bajar la laringe cuando se va subiendo en tono. Por último, la laringe alta, bien controlada, emite un sonido más chillado y se usa normalmente en estilos contemporáneos.

La resonancia también proviene desde el control sobre el paladar blando, asegurándose de que no esté todo el tiempo arriba, Stoney dice que es un gran error buscar levantar el paladar blando, ya que este se levanta cada vez que dices una vocal, y en realidad lo difícil es bajarlo, no levantarlo. Se necesita tener control sobre él para que se levante cuando se hacen vocales, pero también hay que poder bajarlo en varios grados para invitar parte de la resonancia a la cavidad nasal. Sobre la cavidad nasal, una de las profesoras de canto lírico, Erika Camacho, explica que para resonar el aire debe ocupar el área de los pómulos, en un lenguaje más coloquial, que no son nada menos que las cavidades nasales. Además, también agrega que, efectivamente, el sonido resonará en el área de la laringe, sobre todo manteniéndola baja en el canto lírico, y que el sonido puede resonar hasta hacer vibrar toda la cabeza y el cuerpo completo.

Ambas profesoras de canto lírico concuerdan en que el sonido debe invadir el cuerpo. Por su parte, Pilar Ciruelos explica que resonar es como meter la voz al cuerpo, como comerse la voz y sentir un sonido vertical. Esto, explica, se genera a la par que se mantiene la mandíbula relajada. Lo cual conlleva a hablar sobre la articulación. Con los cambios en la articulación, la posición de la mandíbula, lengua y labios, es decir, con el movimiento de la boca, se puede hacer también un sonido más oscuro o más brillante. Un cantante, explica Stoney, debe ser capaz de probar los distintos tipos de movimiento con la mandíbula, los labios y la lengua para poder crear todas las resonancias diferentes. Hay momentos en los que la posición neutral de la boca es importante y momentos en que una apertura más grande de la boca también es importante. Lo que no se desea es hacer fuerza con las cuerdas vocales y a la vez abrir la boca en exageración, pues se dobla la fuerza y sólo causará un grito o estar empujando la voz. Nuevamente se hace el énfasis en mantener una energía sin tensiones y una articulación natural, relajada, pero a la vez flexible para poder expandirse de ser necesario.

4.1.3. Registros:

Los registros vocales están relacionados con la fonación, explicada en el acápite 2.2. La fonación tiene su origen en la vibración de las cuerdas vocales localizadas en la laringe, las cuales son dos músculos gemelos que pueden variar de posición, juntándose y

separándose, dejando entre ellas un espacio triangular denominado glotis; la acción de las cuerdas vocales y el subsiguiente estado de la glotis producen distintos tipos de fonación (Machuca, 2000; Niño, 2000). Los distintos tipos de fonación causados por las diferentes acciones de las cuerdas vocales son los denominados registros vocales.

La profesora de canto lírico en la Especialidad de Música de la PUCP, Pilar Ciruelos, define el registro vocal como la cantidad de notas que se puede emitir, siendo las distintas emisiones la de cabeza y de pecho. Por otro lado, la profesora de canto contemporáneo, Cleia Luna, define registro como la acción de las cuerdas vocales que se da en distintos niveles dependiendo de la compresión que exista entre ellas, una compresión menor dará paso a una voz más flexible, es decir a la voz de cabeza, y una mayor compresión dará paso a una voz más fuerte, es decir a la voz de pecho. Además, habla del registro mixto, también conocido como voz mixta o mezcla. Luna indica que, como toda mezcla, para realizarla se necesitan dos elementos y es importante que el alumno sea capaz de realizar tanto su voz de pecho como voz de cabeza por separado antes de juntarlas. Además, agrega que se vuelve más fácil llegar a la voz mixta cuando el alumno tiene su voz de cabeza más desarrollada.

Lo expuesto por la profesora Luna, luego es corroborado con el fundador de *New York Vocal Coaching*, Justin Stoney, quien explica en su canal oficial de *youtube* que los registros vocales son, efectivamente, consecuencia de la frecuencia del contacto de las cuerdas vocales y se dividen de la siguiente forma: voz de pecho, voz de cabeza, voz mixta, voz falsete, el *fry voice* y la voz silbido. Dentro de los registros que más se desarrollarán en este estudio están los 4 primeros. El primer registro es el que hace resonar el pecho, es el que utilizamos día a día en nuestra voz hablada y produce tonos medios o bajos; el segundo registro es el de cabeza, que genera sonidos más agudos. La voz de pecho brinda fuerza y la voz de cabeza da flexibilidad. El tercer registro es la voz mixta, la cual combina los registros anteriores, uniendo fuerza y flexibilidad, de este modo se puede llegar a notas más agudas con la fuerza de la voz de pecho, manteniendo la flexibilidad de la voz de cabeza y dependiendo de la cantidad de fuerza o flexibilidad, la voz tendrá un sonido distinto. Por otro lado, el falsete es el último registro que se

trabajaré en este estudio, ya que es para el hombre el equivalente a la voz de cabeza en la mujer.

En la entrevista, Stoney luego menciona que los términos usados a veces no explican con exactitud lo que estos implican. En el caso de la voz de cabeza, muchos piensan que la diferencia de la voz de pecho y de cabeza es porque una resuena en el pecho y la otra en la cabeza, y si bien sí sucede así naturalmente, la voz de pecho no resuena únicamente en el pecho, también en las cavidades nasales y en la cabeza, por eso es importante entender que el término “registros” es usado para diferenciar los distintos tipos de actividad en las cuerdas vocales, que suceden como ya se explicó en los párrafos anteriores.

4.2. Sobre la clasificación de la voz

Bien se conoce como cultura general que en el canto lírico existen clasificaciones de voz. Las más conocidas son la voz de mujer soprano, mezzo soprano y contra-alto, y en los hombres, tenor, barítono y bajo. A continuación se expondrá cómo los profesores conciben la clasificación vocal en la práctica.

En el caso de los profesores de coro escolar, para elegir a los miembros del coro hacen una audición. Al ser seleccionados los alumnos y alumnas, se les asigna una familia de voz: mujeres soprano y mezzo soprano, hombres tenores y bajos. Ya que los profesores de coro trabajan con números grandes de alumnos y alumnas, la clasificación es necesaria para trabajar por familias y detectar de modo más sencillo los problemas vocales para poder solucionarlos.

Pilar Ciruelos afirma que “la voz se puede clasificar según distintos factores, pero lo que más define el tipo de voz es el color, el timbre de la voz. Si es una voz como pajarito, será soprano, y si es más gruesa como papagayo, será mezzo” (Entrevista personal, Lima, 27 de octubre, 2016). Sobre los colores de la voz, la cantante lírica Erika Camacho dice que pueden ser oscuros o gruesos y también claros o ligeros, un cantante puede desarrollar distintos colores en su voz y así decidir de qué forma

“colorear” a la hora de cantar. La profesora además menciona una cualidad más en la voz, el brillo. Cuando una voz suena libre y agradable se podrá decir que es brillante.

Según los distintos colores de la voz, en el canto lírico cada clasificación tiene sub clasificaciones para hacer más específicas las distinciones entre cantantes. No entraremos en detalle sobre ellas, debido a que el Taller de canto de esta investigación se enfocará en hacer que los y las participantes conozcan la variedad de colores en su voz, sin necesidad de clasificarlos en un único color. Esta idea se refuerza con el aporte de la profesora Ciruelos: “Yo aconsejaría no encasillarse en una clasificación de voz. Primero es explorar y cantar lo que te queda bien, lo que se siente saludable. Eso te define” (Entrevista personal, Lima, 27 de octubre, 2016).

4.3. Dinámica de clase

En estas líneas se explicará el esquema que sigue una clase de canto según las intervenciones de los profesores, habrá ligeras diferencias, pero básicamente una clase se divide en calentamiento, técnica vocal y repertorio.

4.3.1. Ejercicios de respiración y calentamiento físico:

Tal como se indicó previamente, el alineamiento corporal es parte importante del canto, ya que todo nuestro cuerpo es el instrumento. Una postura sin tensiones y con energía permitirá una mejor respiración e intención al cantar. Por eso, lo primero en una clase de canto es aprender a respirar y relajarse, por medio de estiramientos, ejercicios de respiración y de postura.

En los ejercicios de respiración se instruye a los alumnos sobre la expansión del abdomen y tórax para dejar que el aire entre libremente a los pulmones. Para alinear el cuerpo, cada profesora tiene diversas formas en las que no se entró en detalle, pero uno de los ejemplos es que si el alumno lo necesitara también se pueden hacer abdominales para despertar la zona abdominal y mejorar la postura. Este es sólo un ejemplo, ya que la manera de abordar el calentamiento varía según cada profesor y el tiempo que

dispongan para la clase. En el caso de uno de los profesores de coro escolar, sólo utiliza 5 minutos ya que tiene un grupo grande con el que trabajar, mientras que las profesoras que dictan clases particulares o han tenido grupos pequeños, han podido dedicar hasta 20 minutos de calentamiento, incluyendo el calentamiento vocal, del que hablaremos en el siguiente acápite.

El mejor ejercicio para desarrollar la respiración es la [s] extendida, con una corriente de aire fluida y estable que dure la cantidad de tiempo que la reserve de aire lo permita y cada vez que se vuelva a tomar aire, practicar el *appoggio breath*. Una de las profesoras indicó que a veces se puede realizar este ejercicio mientras se hace una sentadilla estática en la pared para fortalecer la zona abdominal y alinear el cuerpo.

Otros ejercicios incluyen respiración silenciosa inhalando por la nariz y exhalando por la boca, contar en la mente una cantidad de segundos, por ejemplo 10 segundos para inhalar y repetir la misma cuenta al exhalar, e ir incrementando el número poco a poco. También se puede hacer respiración rítmica con la boca abierta, primero lenta unas cuatro veces y luego rápido unas ocho veces. Por otro lado, la profesora Luna indica que la respiración también se puede trabajar mientras se canta, no únicamente con ejercicios previos.

4.3.2. Calentamiento vocal:

En el calentamiento vocal, independientemente del estilo lírico o contemporáneo, se trabaja con voz de cabeza para promover la flexibilidad en la voz. La profesora Luna, que enseña canto contemporáneo, indica que para conseguir una voz flexible, es recomendable empezar el calentamiento de la voz con notas agudas, es decir la voz de cabeza, ya que ayuda a fortalecer el diafragma y también controlar el paso del aire. La voz flexible, explica la profesora, es poder emitir sonido con el aire en punto de equilibrio entre presión y relajación; una voz flexible no se tensa y es capaz pasarse por los distintos registros de cabeza, pecho y mixta.

Entonces, para calentar la voz se pueden realizar ejercicios como *glissandos* en quintas y octavas, de preferencia en patrones descendentes para no tensar la garganta, y ejercicios de *stacatto* para fortalecer el diafragma. Una vez que el alumno tiene una buena resonancia en voz de cabeza, ya pasa a probar su voz hablada en pecho, para luego pasar a la mezcla o voz mixta. Para Stoney, un buen ejercicio usado en forma de *glissando* es el *lip trill*, que consiste en hacer el sonido de un motor usando los labios y manteniendo la mandíbula relajada. Además, en el calentamiento se despierta la resonancia y es bueno usar ejercicios que puedan llevar el sonido a las cavidades nasales, por ejemplo el uso de las consonantes [n] y [ng], así como la vocal [u], ayudarán a establecer una buena resonancia y dar flexibilidad a la voz.

4.3.3. Ejercicios de técnica:

Luego del calentamiento se empieza a trabajar la técnica. En el caso de los profesores de coro, como tienen varios estudiantes, la técnica se trabaja durante la canción. Uno de los profesores comenta que va dando indicaciones como “la voz para adelante” o realiza el sonido para que lo imiten. También ve la vocalización durante la canción, por ejemplo, la “i, e, a” siempre resuenan adelante y se busca que la forma de la boca sea redonda como una “u, o”. Por otro lado, el otro profesor comenta que de acuerdo al grupo o al cantante individualmente, los ejercicios van enfocados a reforzar los puntos débiles. Por ejemplo, para tener más potencia, el profesor usa una referencia gráfica, indicando que imaginen que su voz es un rayo láser, mientras que para lograr afinación, usa ejercicios de intervalos.

Mientras tanto, en las clases particulares, las profesoras realizan la técnica vocal de modo diferente: La profesora de canto lírico, Erika Camacho, explica que se dedica únicamente a ver técnica en sus clases hasta que sus alumnos estén preparados para pasar a repertorio. Los ejercicios de técnica que hace son de vocalización y uso de consonantes. Para esto, pasa por todas las vocales en distintas escalas y trabaja las consonantes con ejercicios como [rio] y [popopopop]. En el caso de la profesora de canto contemporáneo, Cleia Luna, explica que no enseña una técnica específica, sino que en base a todo lo aprendido ha llegado a reconocer unos principios universales o

cualidades deseables de la voz y va guiando a sus alumnos según sus necesidades particulares. Para ella, estas cualidades deseables al aprender a cantar son: salud vocal, respiración y postura, manejo de resonadores y flexibilidad. A esto agrega de manera personal el principio de servicio a la música: “Le debes a la canción todas las posibilidades expresivas” (Entrevista personal, 13 de octubre, 2016). Asimismo, enfatiza que cada alumno tiene una voz única y que, a su vez, esta voz se puede transformar según el contexto: “No tienes una sola voz, tienes infinitas posibilidades (...) Hay una mezcla de cualidades y distintas coordinaciones en que funcionan las cuerdas vocales y distintas formas de amplificar ese sonido y modificar la resonancia” (Entrevista personal, 13 de octubre, 2016). Para lograr las distintas posibilidades de la voz, cada alumno necesita ejercicios distintos, ya que cada uno viene con cualidades distintas.

De modo similar, la profesora Ciruelos defiende que al momento de aprender a cantar no hay reglas generales de una técnica que funcione con todos. Cada voz es única y eso es lo que hace difícil el proceso de encontrarse como cantante. Por ejemplo, explica, a una soprano le cuestan las vocales abiertas porque el sonido es más gordo, pero este sonido es más sencillo para las mezzo sopranos; es por esto que los ejercicios para desarrollar la voz son diferentes para cada persona: “Depende de la tesitura, de la persona, la conformación ósea, fisiología, todo es distinto. Entonces, si bien hay directrices para el canto, la forma de desarrollar la voz dependerá mucho de la persona y sus necesidades. Puede que no le funcione una técnica en específico, como puede que sí, cada persona se acomoda mejor a lo que su voz le pide” (Entrevista personal, 27 de octubre, 2016).

Con esto en cuenta, a continuación se exponen algunos lineamientos para la elaboración de ejercicios en las áreas de resonancia y registros vocales.

4.3.3.1. Ejercicios para resonancia:

Como se explicó previamente, la resonancia involucra la posición de la laringe, el uso de las cavidades nasales y la articulación.

Para la laringe baja, una vocal más redonda u oscura es ideal, por ejemplo una [o] o un diptongo como [ou]. Esto no significa que estas vocales siempre generen una laringe baja o que sean las únicas que se puedan hacer en laringe baja, pero ayudan en su desarrollo. Para la laringe en posiciones más altas, como lo son la posición neutral y alta, se pueden usar las vocales [i] o [ei] para ayudar a desarrollarlas, pasando por las notas medias y agudas. Una combinación que funciona muy bien para una laringe más neutral es la combinación [nei], además también se puede practicar con tan solo hablar, decir una frase como “Hola, qué tal” o como “Hola, mi nombre es...”.

Para mantener la resonancia en las cavidades nasales se usan las consonantes [m], [n] o [ng], solas o combinadas con cualquier vocal, pero es recomendable empezar por las vocales cerradas [i] y [u]. Es recomendable empezar a trabajar con notas agudas para despertar una resonancia en las cavidades nasales naturalmente y de ese modo ir bajando hasta las notas más graves sin ningún dolor en la garganta.

4.3.3.2. Ejercicios para registros:

Para ejercitar los registros vocales hay que tener ejercitadas las cuerdas vocales. Cuando la voz es débil, necesita generar más contacto entre las cuerdas vocales y así generar fuerza. En este caso, las consonantes [k] y [g] hacen un gran trabajo. Estas consonantes dan fuerza a las cuerdas y se pueden combinar con cualquier vocal. En el caso contrario, cuando la voz es muy tensa y necesita flexibilidad, las consonantes como la [h], [f] y [v] ayudarán a generar menos impacto en las cuerdas vocales. Estas consonantes se pueden combinar con vocales como la [i] y la [u] para lograr mayor flexibilidad. Cuando se busca hacer una voz mixta, se pueden mezclar distintos componentes que den flexibilidad y fuerza a la vez, por ejemplo combinando una [k] con un [ei].

Sea cual fuere el ejercicio, con consonantes y vocales, o vocales solas, hay que asegurarse de pasar por todos los registros, en ese sentido, asegurarse de hacer ejercicios para la voz de cabeza en notas agudas, la voz de pecho con notas más bajas y hacer ejercicios de voz mixta combinando distintas intensidades de voz mientras se va ascendiendo o descendiendo en escalas.

4.3.4. Trabajo grupal:

Luego de ver cómo abordan la técnica en clase, a continuación quiero poner en evidencia las diferencias de enseñanza en un grupo grande a un grupo pequeño, usando los ejemplos de uno de los profesores de coro escolar y la profesora Pilar Ciruelos, así como el aporte de Justin Stoney.

Por un lado, el profesor de coro afirma que en colegios es difícil encontrar coros de adolescentes, y si hay alumnos de secundaria que formen parte del coro, son minoría. Sin embargo, en el colegio donde él enseña, sí cuentan con una presencia de alumnado de secundaria, en su mayoría mujeres. Del coro, que en total está conformado por 89 alumnos y alumnas, la mitad son de secundaria. Para trabajar con un número tan grande de coro, el profesor divide los ensayos por grados y salones, luego se juntan para los ensayos generales. Además, enfatiza que el trabajo del coro en el colegio es fuerte, ya que tienen el concurso Nueva Acrópolis donde concursan todos los colegios de alto nivel adquisitivo y, haciendo referencia al colegio donde enseña, comenta perder dicho concurso no era una opción. Es por esto que los niños que participan del coro deben tener las condiciones, es decir, talento, para poder desarrollarse bien en los ensayos. A esto, el profesor afirma que a veces se ha visto sorprendido por los algunos alumnos que teniendo menos condiciones, han igualado o superado a sus compañeros, por su consistencia. Asimismo, cuenta cómo, usualmente, los alumnos más hiperactivos son los que tienen más condiciones.

Por otro lado, Pilar Ciruelos ha tenido una experiencia más profunda con dictar un taller de canto de formato pequeño en un colegio. En dicho taller contaba con 7 a 8 alumnas de secundaria, y a veces había algún alumno hombre, pero en su mayoría eran mujeres. Ella comenta que dependiendo de los objetivos musicales del taller, se puede tener más o menos alumnos, pero en un colegio se tiene que ir variando las presentaciones según la cantidad de alumnos, porque el colegio tiene distintas actuaciones en el año y se puede hacer música coral, grupal, un dúo, un trío, un solo, o un número de teatro musical. La profesora Ciruelos cuenta que ha habido casos en los que ha mostrado

números musicales con una solista, con lo cual el grupo de alumnas aprendía a aceptar y tolerar según sus capacidades:

Uno tiene que aceptar que puede cantar lo que puede cantar su voz. Yo tengo que cantar lo que le va a mi voz. Ese trabajo psicológico es lo que ellas ganan. Asumir tus fortalezas y debilidades. Esta soy yo. Hasta aquí puedo dar. Esto no. Respetar y no envidiar lo que otra chica sí puede, porque esto es lo que yo tengo. Esto es lo más importante (Entrevista personal, Lima, 27 de octubre, 2016).

El repertorio que ha trabajado en dicho taller varía entre canciones de Broadway, Disney, música de misas, música peruana, de películas, música lírica, y hasta pop en inglés o canciones en francés. Este repertorio lo trabajaba de manera grupal e individual, dependiendo del material vocal que había, y también dependía de sus habilidades escénicas y de actitud, además del idioma y gustos. Había una colaboración mutua de profesora a estudiantes y viceversa para la elección de canciones. Se buscaba que las alumnas disfruten: “Cuando ayudas a descubrir un talento, el autoestima crece, se siente mucho más seguro” (Entrevista personal, Lima, 27 de octubre, 2016).

Los testimonios de ambos profesores fueron narrados de manera distinta: Círuelos mostraba mucha empatía por sus alumnas al hablar sobre ellas y el profesor de coro mostraba mucho orgullo por su grupo, pero no llegaba al nivel de empatía que se desarrolla en grupos más pequeños. A pesar de esto, en ambos casos, los resultados vocales fueron positivos.

Se consultó con Stoney cuál sería un número apropiado en una clase de canto para asegurarse de que haya un trabajo personalizado, a lo que respondió que dependía de cuántos días y cuántas horas se tenga para desarrollar el taller, pero que en general se debería dedicar de 20 a 30 minutos por cantante. Así se hace un trabajo individual frente al grupo. En el caso de clases maestras, el cantante recibe la lección frente a sus compañeros, de modo que los que observan también aprendan, todos aprenden al observar los cambios en la voz del cantante.

Debido a la necesidad de trabajar con todos los alumnos de modo individual y generar empatía entre todos los integrantes, el Taller de canto realizado en esta investigación será de formato pequeño. A esto vale agregar una observación de la profesora Luna sobre la relación con el profesor:

Debe haber química con el profesor de canto, ya que hay personas que tienen una energía más fuerte y otras no tanto. Hay personas que necesitan indicaciones bien directas como 'Abre la boca, saca la lengua' y hay otras que se frustran y necesitan una guía distinta. Cuando una persona quiere descubrir su voz, es necesario tener un profesor con el cual empatice (Entrevista personal, Lima, 13 de octubre, 2016).

4.4. El camino apropiado para encontrar la propia voz

Habiendo visto todos los términos de técnica, e intentando complementar la técnica tradicional con la contemporánea, se le preguntó a Justin cómo debería ser un sonido contemporáneo, a lo que él respondió que un sonido contemporáneo necesita, hasta cierto punto, reflejar auténtica y exitosamente a los artistas que cantan ese material. Entonces, se considera el *rock n' roll*, *pop*, *country*, *R & B*, *Soul*, *Gospel*, etc. Todos estos sonidos componen un estilo contemporáneo. Lo que hay que hacer es descubrir qué hacen los cantantes en esos estilos, y muchas veces eso es voz mixta, o algunas características con menos compresión de cuerdas en voz de pecho, dejando salir algo de aire con el sonido, algunos *melismas*, que reflejan agilidad vocal; tan sólo aprender el vocabulario del estilo, qué nuevos componentes o tipos de pronunciación constituyen un sonido más contemporáneo que un sonido más tradicional. Por lo tanto, hay muchas cosas que van desde el punto de vista técnico y estilístico, pero también hay que observar lo que hacen los artistas de los que uno se inspira e intenta imitar los sonidos.

La profesora Luna defiende que no hay una única forma de cantar, sino que hay distintas variables que permiten emitir el sonido de distintas maneras. Es por esto que la voz del cantante es única y su labor como artista también es darle a las canciones todas las posibilidades expresivas con las distintas habilidades vocales que uno posee. Por

otro lado, Ciruelos refuerza que cantar es un gran camino para desarrollarse como persona, ya que sentirse admirado es importante, y aprender a usar la propia voz eleva el ego de manera positiva:

Es importante auto conocerse a nivel artístico para poder rendir en otras disciplinas, porque a través del arte te conoces mucho más. Es una gran herramienta de auto conocimiento y de alegría, de felicidad, de disfrute. Todos deberían cantar, porque es su instrumento. Todos tienen un instrumento único dentro de sí y tienen la posibilidad de hacerlo, no desperdicien esa posibilidad (Entrevista personal, Lima, 27 de octubre, 2016).

Por último, Stoney alienta a cada cantante a pensar en su voz como una búsqueda permanente. Con un buen maestro, los resultados deberían verse en cada clase, y en adelante, debería haber un crecimiento notable. Pero a partir de ahí, la voz es algo que nunca se podrá dominar completamente, no se puede ser un cantante perfecto. Entonces, cada cantante decide personalmente en qué conceptos quiere trabajar a medida que avanza como cantante, comprendiendo que no hay una fecha de finalización, que es un viaje y no un destino. Asimismo, al igual que Luna y Ciruelos, anima a todos a apreciar su voz única. Es importante tener influencias y personas a quienes admirar, hay que seguir los ejemplos de alguien hasta cierto punto, pero a partir de ahí todo el mundo encuentra un sonido único, y ese sonido único hay que apreciarlo y honrarlo, pues hace que nuestra voz sea diferente de los demás. Por esto, Stoney agrega un mensaje más para los cantantes: Todos tenemos un trasfondo y un camino vivido, lo que nos hace a todos tener algo único que decir. Entonces, tienes un sonido que proviene de ti que es 100% único y tienes un mensaje para compartir con que es 100% único, cuando estás en contacto con ambos y los valoras, mejorando tu capacidad de emitir el sonido y mejorando tu capacidad para comunicar tu mensaje, creas en ti mucha confianza, mucho propósito, mucho gozo (Entrevista personal, 23 de noviembre, 2016).

CAPÍTULO V

TALLER DE CANTO “CONOCE TU VOZ”

El segundo objetivo específico se enfocó en diseñar un Taller de canto que reúna las cualidades necesarias para que los alumnos descubran de forma saludable las capacidades de su voz. A partir de la información recopilada en el capítulo anterior y con la asesoría de Cleia Luna, el Taller tuvo el siguiente esquema.

5.1. Ejercicios de calentamiento cuerpo y voz (5 a 15 minutos)

Opciones de ejercicios de respiración:

- “s” extendida a lo que dure el aire (repetir 3 veces).
- Respiración lenta abdominal e intercostal (repetir 5 veces).
- Inhalar rápido, aguantar el aire, exhalar rápido. Inhalar normal, aguantar el aire, exhalar contando hasta 5, 10, 15 progresivamente.
- Con una sola respiración contar hasta 15, luego 20, hasta 25 o 30 progresivamente.

Ejercicios de relajación de cuerpo

- Mover la cabeza de lado a lado y hacer círculos con el cuello.
- Hacer círculos con los hombros hacia atrás y adelante.
- Mover el tórax, cadera y pies en círculos.
- Mover cada rodilla en círculos con la pierna elevada y la mano apoyada en la rodilla.
- Hacer un puño al frente y moverlo lo más que se pueda manteniendo la mandíbula relajada y haciendo sonido.
- Dar saltos con el cuerpo relajado

Ejercicios de calentamiento de voz

- “*Lip trills*”, equivalente a imitar el sonido de un motor con los labios. Primero en una sola nota, luego con intervalos *glissandos* ascendentes o descendentes.

- “hmmm”, para despertar la resonancia nasal que libera la tensión de la garganta. Usar con intervalos glisados ascendentes o descendentes.
- Vocales en voz de cabeza en escalas o intervalos descendentes.

5.2. Plan de ejercicios de técnica

El primer mes se dedicó a hacer 45 minutos con sólo técnica vocal grupal. En el siguiente cuadro se ve el detalle de los objetivos por clase y la guía para los ejercicios.

Sem.	Clase N°	Duración	Tema	Objetivo	Ejercicios Técnica
1	1	1 hora	Tipos de sonidos. Laringe Neutra	Lograr que los participantes exploren su voz en distintas laringes por medio de sonidos cotidianos y extra cotidianos, hasta llegar a la laringe neutra donde se usa la voz hablada.	Para laringe neutra: Decir “Hola, me llamo.....” u “Hola, ¿cómo estás?” Para laringe baja: usar la vocal [o] con consonantes o sin consonantes. Para laringe alta: usar vocales [i], [ei]
	2	1 hora	Laringe Neutra y baja	Lograr que los participantes puedan cambiar entre laringe baja y laringe neutra.	Para laringe neutra: "Hola, Hola" o frases creadas por ellos subiendo en escalas. Para laringe baja: usar la vocal [o] con consonantes o sin consonantes.
2	3	1 hora	Resonancia y laringe	Lograr que los participantes reconozcan cuando el sonido resuena en sus senos paranasales o "máscara" y continuar la práctica de los distintos tipos de voz	Resonancia nasal: usar consonantes [m] [n] [ng] Laringe baja: vocal [o], como [wof], [jou] laringe neutra: hacer frases creadas por los chicos, usar la vocal [a]
	4	1 hora	Introducción a la laringe alta	Explorar el sonido de la laringe alta sin dañar sus cuerdas vocales.	Vocales [i], [e] en registro de cabeza. Práctica de canción grupal donde podamos usar laringe alta, baja y media.

3	5	1 hora	Registros vocales	Lograr la comprensión de las voces que han estado realizando la semana anterior y darles nombre: voz de pecho, de cabeza y mixta.	Voz de pecho: [jou] 5-1 en una quinta descendente. Voz de cabeza: [vwohm] 6-4, 4-1 en una sexta descendente. Voz mixta: [Gun nun] 8-5-1 en una octava descendente. Falsete: [hwu] 8-5-1 en una octava descendente. Práctica de la canción usada en la semana 2.
	6	1 hora	Registros vocales	Explorar la voz mixta	Voz de pecho: [jou] 5-1 en una quinta descendente. Voz de cabeza: [vwohm] 6-4, 4-1 en una sexta descendente. Voz mixta: [Gun nun] 8-5-1 en una octava descendente. [Hey] en tonalidades ascendentes. Falsete: [hwu] 8-5-1 en una octava descendente. Práctica de la canción usada en la semana 2.
4	7	1 hora	Registros vocales y Laringe	Lograr que los participantes reconozcan cuando realizan laringe baja, neutra o alta en sus distintos registros vocales.	Voz de pecho: [go] con laringe baja y neutra. Voz de cabeza: [wiu] con laringe baja, neutra y alta. Además se probará usar palabras cotidianas o apoyarnos en una canción popular.
	8	1 hora	Registros vocales y Laringe	Lograr que los participantes reconozcan cuando realizan laringe baja, neutra o alta en sus distintos registros vocales. Mayor énfasis en la voz mixta.	Laringe: [Ou] descendente en intervalos 8-1 Voz de cabeza: [u] <i>glissando</i> descendente en distintos intervalos. Voz mixta: [hei] ascendente, [bub bub] 8-5-3-1 descendente. Trabajar con la técnica hablada, “Hola como estás” ascendente hasta llegar a voz mixta, pueden variar las frases.

Los meses siguientes, la clase se extendió a dos horas. En la primera hora se trabajó la técnica vocal con ejercicios luego del calentamiento y además con el repertorio grupal. La segunda hora estuvo dedicada al repertorio y técnica individual.

5	9	2 horas	Repertorio Grupal (canción 1) e individual.	Lograr que los participantes aprendan la melodía de la canción grupal seleccionada y reconozcan las variaciones de voz a realizarse. Inicio de trabajo individual con 4 alumnos sobre la canción grupal que se trabajó en el primer mes.	Intervalos variados en distintas vocales, ascendentes y descendentes. Práctica canción grupal. Práctica individual
	10	2 horas	Repertorio Grupal (canción 1) e individual.	Lograr que los participantes aprendan la letra de la canción grupal en su totalidad y practiquen la técnica en la canción. Continuar trabajo con siguientes 4 alumnos.	Intervalos variados en distintas vocales, ascendentes y descendentes. Práctica canción grupal. Práctica canciones individuales.
6	11	2 horas	Repertorio Grupal (canción 1) e individual.	Trabajar la interpretación de la canción grupal 1. Realizar una primera muestra de los alumnos cantando de forma individual. Presentar canciones seleccionadas para trabajo individuales	La técnica se va utilizando en el aprendizaje de la canción, y los ejercicios varían según las dificultades de esta. Muestra interna de los alumnos sobre la canción grupal 0. Luego, se pasará a enseñar las canciones individuales que la profesora seleccionó. 4 alumnos.

	12	2 horas	Repertorio Grupal (canción 1) e individual.	Trabajar la interpretación de la canción grupal 1, introducción a la canción 2. Trabajar canciones individuales con los siguientes 4 alumnos	La técnica se va utilizando en el aprendizaje de la canción, y los ejercicios varían según las dificultades de esta. Presentar la canción grupal 2.
7	13	2 horas	Repertorio Grupal (canción 2) e individual	Trabajar segunda canción grupal, con más arreglos de voces. Revisar el avance de las canciones individuales de 4 alumnos.	La técnica se va utilizando en el aprendizaje de la canción, y los ejercicios varían según las dificultades de esta.
	14	2 horas	Repertorio Grupal (canción 2) e individual	Trabajar segunda canción grupal, con más arreglos de voces. Revisar el avance de las canciones individuales de 4 alumnos.	La técnica se va utilizando en el aprendizaje de la canción, y los ejercicios varían según las dificultades de esta. Tarea de análisis de letra para interpretación.
8	15	2 horas	Repertorio Grupal (canción 2) e individual. Interpretación	Trabajar segunda canción grupal, ensamblando las voces. Revisar el avance de las canciones individuales de 4 alumnos.	Como parte del calentamiento, revisión de canción grupal 1. Ensamble de partes de la canción grupal 2. Técnica según necesidad de las canciones grupales e individuales.
	16	2 horas	Repertorio Grupal (canción 2) e individual. Interpretación	Trabajar segunda canción grupal, ensamblando las voces. Revisar el avance de las canciones individuales de 4 alumnos.	Como parte del calentamiento, revisión de canción grupal 1. Ensamble de partes de la canción grupal 2. Técnica según necesidad de la canción grupal y las individuales.

9	17	2 horas	Repertorio grupal (canción 3) e individual	Trabajar tercera canción/ensamble con duetos, solos y tríos de voces. Continuar con el trabajo de las canciones individuales.	Técnica según necesidades de la canción grupal y las individuales.
	18	2 horas	Repertorio grupal (canción 3) e individual	Trabajar tercera canción/ensamble con duetos, solos y tríos de voces. Continuar con el trabajo de las canciones individuales.	Técnica según necesidades de la canción grupal y las individuales.
10	19	2 horas	Repertorio grupal (canción 3) e individual (muestra)	Trabajar tercera canción/ensamble con duetos, solos y tríos de voces. Continuar con el trabajo de las canciones individuales. Muestra interna de las 8 canciones individuales.	Técnica según necesidades de la canción grupal y las individuales.
	20	2 horas	Repertorio grupal (canción 3) e individual	Trabajar tercera canción/ensamble con duetos, solos y tríos de voces. Continuar con el trabajo de las canciones individuales.	Técnica según necesidades de la canción grupal y las individuales.
11	21	2 horas	Repaso de todo el repertorio grupal	Repasar todo el repertorio y cohesionar el trabajo en equipo.	Técnica según necesidades de la canción grupal y las individuales.
	22	2 horas	Repaso de todo el repertorio grupal	Repasar todo el repertorio y cohesionar el trabajo en equipo.	Técnica según necesidades de la canción grupal y las individuales.
12	23	2 horas	Preparación ensamble de presentación.	Hacer una pasada general de todas las piezas musicales	Calentamiento grupal y ensayo.
	24	2 horas	Preparación ensamble de presentación con ambos turnos.	Hacer una pasada general de todas las piezas musicales con los músicos invitados.	Calentamiento grupal y ensayo general.
MUESTRA FINAL					

CAPÍTULO VI

SISTEMATIZACIÓN Y ANÁLISIS DEL TALLER “CONOCE TU VOZ”

La etapa de realización del Taller “Conoce tu voz” está enmarcada en el tercer objetivo específico: Analizar la evolución de la comunicación interpersonal a través de la implementación del Taller. Para esto se analizó la relación entre expresión oral, técnica vocal y autoconfianza, así como la relación entre capacidad de escucha y dinámica de trabajo con la profesora y compañeros.

En este capítulo se presenta el análisis planteado en este objetivo para comprobar la hipótesis: El adolescente mejora su comunicación interpersonal debido a dos factores; el primero es el manejo de la expresión oral que se genera como consecuencia de la autoconfianza y habilidades técnicas que surgen al conocer las capacidades de su voz como instrumento musical. El segundo es la capacidad de escucha que resulta de la dinámica de trabajo con la profesora y compañeros.

Antes de empezar con el análisis, se pondrá en contexto las circunstancias que dieron espacio al Taller, así como a la selección y consolidación de alumnos.

6.1. ¿Cómo inició el Taller “Conoce tu voz”?

El Taller de canto “Conoce tu voz” se realizó del 19 de setiembre al 19 de diciembre del año 2017 en el Colegio Nacional Mixto N° 7089 Romeo Luna Victoria, fundado en 1985 y ubicado en el distrito de San Borja, en una zona residencial de sectores medio - alto de la ciudad de Lima Metropolitana. Este colegio ofrece educación básica alternativa de modo continuo en turnos mañana, tarde y noche; y educación primaria y secundaria de modo continuo en turnos mañana y tarde. Se seleccionó este colegio por estar dentro de la red de colegios públicos y que, además, brinda apoyo al desarrollo de actividades artísticas. A continuación, se hará un recuento de las actividades clave que dieron paso a la ejecución del Taller.

Para confirmar la colaboración del colegio, el primer acercamiento fue a través del Sub Director Administrativo, quien luego de acoger la idea, la hizo llegar a la Directora General, a quien se le entregó formalmente la propuesta y plan de trabajo, así como una credencial de tesista, otorgada por la universidad. La propuesta fue aceptada como un taller extracurricular relacionado al área de Arte, por lo que el siguiente paso fue la comunicación con las profesoras de Arte para coordinar horarios y convocatoria de alumnos. Debido a que inicialmente sólo se requería un grupo de 8 alumnos para este estudio, se optó por coordinar únicamente con la profesora de Arte de turno mañana.

El Taller se enfocó en brindar el espacio para analizar la evolución de la comunicación interpersonal a través del conocimiento de la voz como instrumento musical, y en ese sentido, fue importante tener alumnos preparados vocalmente, es decir con una voz afinada que refleje algún manejo intuitivo de su voz, para para que en un plazo de 3 meses puedan tener mejoras significativas en sus voces, a comparación de otros alumnos que hubieran necesitado un taller más largo. Es por esto que la selección de alumnos fue hecha con audiciones en las que se hicieron algunos de los ejercicios vocales que se trabajarían en clase. Los criterios base para pasar la audición fueron afinación, fuerza y flexibilidad vocal.

La convocatoria de alumnos tuvo un filtro inicial hecho por la profesora de arte, quien seleccionó aproximadamente 15 alumnos y alumnas interesados. Luego de la audición se seleccionaron 7 mujeres y 1 hombre, completando los 8 cupos máximos del Taller. Cabe resaltar que dentro de los participantes seleccionados, 2 alumnas eran de 2do grado de secundaria. Ellas fueron aceptadas por recomendación de la profesora de arte y por las capacidades vocales que demostraron tener, además cumplían con el rango de edad indicado en el Capítulo III. Los demás alumnos estaban entre 3ro y 4to de secundaria.

Por otro lado, al ver la convocatoria del turno mañana, la profesora del turno tarde, con quien no se había realizado coordinaciones, solicitó personalmente que se forme también un grupo con algunos de sus alumnos. Esto escapaba de los objetivos del estudio, pero a modo de agradecimiento al colegio y al ver el entusiasmo de la

profesora, se accedió a realizar una nueva audición y un nuevo horario para los alumnos de la tarde. El acuerdo fue hacer una clase sabatina de 2 horas. Para la selección de este grupo, se siguió el mismo procedimiento de audición con un resultado de 7 alumnos seleccionados, sin embargo sólo 5 obtuvieron el permiso de sus padres. De ellos, 4 se mantuvieron y una nueva alumna se integró en la mitad del proceso. En este grupo, los participantes, 4 mujeres y 1 hombre, fueron de 3ro y 4to de secundaria.

Para los dos turnos se mandó impreso un comunicado para los padres de familia a nombre de las profesoras de arte, solicitando el permiso de la participación de su hijo o hija en el Taller. Este permiso (ver Anexo 6) fue elaborado en conjunto con la profesora de arte del turno mañana y fue repartido por ambas profesoras de arte a los participantes seleccionados de sus turnos respectivos.

Es así como, a partir de la investigación, se dictó el Taller a dos grupos. Se decidió hacer el análisis en base al grupo de la mañana, ya que contó con la frecuencia planificada; pero a la vez, contar con las diferencias del grupo de la tarde para incluir algunas comparaciones en la investigación. Las principales diferencias entre los grupos de turno mañana y tarde fueron: Las habilidades vocales, frecuencia de clases y las habilidades comunicativas.

6.2. Proceso y selección de participantes

Una vez seleccionados los grupos y programados los horarios, empezaron las clases el 19 de setiembre. La primera clase con el turno de mañana fue una sorpresa. De los 8 alumnos seleccionados, sólo 5 asistieron. Esto conlleva a hablar sobre un tema que luego se convertiría en clave para el funcionamiento del Taller: El compromiso.

Una característica de este Taller de canto es que la convocatoria y audición fueron de carácter voluntario. Los alumnos eran los que decidían pasar por la audición y formar parte del grupo. Por esto mismo fue una sorpresa ver que 3 alumnos hayan faltado a la primera clase, cuando se suponía que ellos querían estar ahí.

La primera semana de clase fue para empezar a conocer a los alumnos y cuán dispuestos estaban a ser parte del Taller de manera constante. Las profesoras de arte habían recomendado que se abran más vacantes, porque si sólo eran 8, quizás al final el Taller quedaría con pocos alumnos. Ante ese pensamiento es que se reforzó el tema de compromiso para que quienes quieran realmente estar en el Taller, lo hagan, y de lo contrario la puerta siempre iba a estar abierta para que se retiren. El compromiso de los y las participantes era vital, ya que había otras alumnas que no habían pasado la audición y deseaban formar parte del Taller, pero no podían por los cupos.

Durante la primera semana hubo varias faltas e inestabilidad en el grupo, por lo cual dos alumnas de 2do de secundaria que no habían pasado la audición, se acercaron a pedir permiso para entrar al Taller. Finalizada la segunda semana, al ver que se mantenían las faltas y la perseverancia de las dos alumnas en insistir para formar parte del Taller, se tomó la decisión de darles cupo a ellas. La actitud que ambas tuvieron fue una señal de que realmente querían estar ahí y eso valió mucho más que pasar o no la audición. Se conversó con ellas explicándoles que se tendrían que esforzar el doble, ya que había algunas características en sus voces que quizás les iba a costar más trabajar, pero que lo importante era que ya habían demostrado que estaban dispuestas a trabajar.

En la tercera semana, aparecieron más alumnos queriendo formar parte del Taller, uno de ellos, un amigo del único alumno hombre del grupo. Este alumno había solicitado que su amigo pueda hacer una audición y se le concedió el permiso. Luego de un mes de clases, a pesar de que originalmente se había planificado contar con 8 participantes, el grupo se consolidó con 9 participantes: 2 varones y 7 mujeres. A partir de ahí, continuaron algunas faltas, su mayoría justificadas, pero los 9 llegaron a la muestra final, con canciones solistas y grupales. Sólo 2 alumnas no llegaron a cantar sus canciones solistas, ya que no habían podido practicar por faltas, pero sí formaron parte de las 3 canciones grupales.

Con estos cambios, el grupo de análisis para la investigación varió a un grupo mixto de 9 adolescentes entre 2do y 4to de secundaria, manteniendo el rango de edad entre 13 y 16 años.

6.3. Evolución en la voz y comunicación interpersonal

La evolución de los alumnos, como se explicó en el Capítulo III, ha sido analizada en base a encuestas iniciales, observación y apuntes, registro de video, matriz de variables e indicadores y una entrevista final a cada participante.

6.3.1. Conociendo a los participantes:

Una vez definidos los grupos de ambos turnos, se aplicó una encuesta individual. La encuesta (ver Anexo 2) indagaba si tenían alguna dificultad respiratoria para tomar en cuenta, sobre su experiencia cantando, gustos musicales, su concepto del canto, sus metas personales y expectativas del Taller. Aquí se muestra un cuadro con la información general básica del grupo del turno mañana, sobre quienes se desarrollará el análisis que viene en los siguientes acápites, y además, se les asignará un seudónimo para identificarlos reservando su identidad.

Nombre	Grado	Edad	Dificultad respiratoria	Clases de canto	Cantó en publico	Gustos musicales
Tina	2°	13	Polvo	-	-	J-pop, K-pop
Lía	2°	13	Asma	-	-	J-pop, K-pop
Sami	2°	13	-	-	Noche de Talentos del colegio	J-pop, K-pop, pop, rock, electro.
Mica	2°	13	Polvo	-	Noche de Talentos del colegio	J-pop, K-pop.
Nina	3°	14	-	-	En el colegio y frente a familiares	Hip-hop, K-pop, rock, clásica, pop.
Cristal	3°	14	-	-	Para el curso de inglés.	De todo.
Mandy	3°	15	-	-	-	Pop en inglés y rock en español.
Aldo	4°	15	Asma	Parroquia	Parroquia	De todo.
Rolo	4°	16	Polvo	-	Noche de Talentos	Rock y baladas

La primera pregunta fue para conocer si alguno de los alumnos tenía una alergia, cuadro de asma, sinusitis, rinitis o similar. De los 9 alumnos, 3 tenían alergia al polvo y 2 tenían asma. Sin embargo, esto no fue impedimento para su crecimiento vocal, ya que incluso los últimos mencionados fueron de los alumnos más destacados vocalmente, y de ellos dos, uno ya había llevado clases de canto previamente. Para los demás participantes, este fue su primer taller de canto y por lo tanto, primer acercamiento a la técnica vocal. A pesar de no haber llevado clases de canto antes, varias alumnas ya habían cantado frente a un público en la noche de talentos que organiza su colegio cada año.

Los estilos que disfrutaban son variados, pero el que más se repitió fue el K-pop y J-pop (estilos pop coreano y japonés), además del rock. Estos gustos musicales fueron clave para luego seleccionar las canciones grupales e individuales. A cada uno se le dio la oportunidad de elegir su canción y de ese modo fue más sencillo conocer sus gustos a detalle y, probablemente, los sonidos que querían lograr hacer con sus voces. Un caso particular fue el de Lía, quien tuvo como primera opción una canción en japonés, se ensayó con esa canción en algunas sesiones, pero luego se le propuso una canción diferente y ella tomó la decisión de cual cantar. Es así como, si los alumnos tenían dificultades para elegir una buena canción, se les asignaba una similar al estilo de su gusto y que permitiera mostrar sus capacidades vocales.

Las siguientes preguntas fueron para que los alumnos se expresen. Frente a la pregunta ¿Qué es el canto para ti?, la mayoría de alumnos utilizó el verbo *expresar*: “Es una manera de poder *expresar* lo que siento. Cantar es algo hermoso”, “es *expresarte* con melodías”, “es una manera de *expresar* tus sentimientos y pensamientos, también una forma de hacer arte y divertirse en el proceso”, “es una de mis formas favoritas de *expresarme* con los demás”, “es algo que podemos usar para *expresarnos* o para alabar (a Dios)”. En estas respuestas, mostraron la necesidad de expresar lo que sienten y cómo esto crece al nivel de expresarse con otro e incluso a un nivel espiritual como lo es con Dios.

Por otro lado, también hubo respuestas donde la necesidad de expresión se manifestó como una liberación: “Para mí, es una forma de *expresión*, algo que me hace libre y despeja de los problemas de la vida. Lo considero una bella forma de desahogo”, “es una forma de *liberar* cualquier tipo de sentimiento que guarde en mí, algo que me calma cuando tengo problemas en mi vida o simplemente disfruto”. Estas respuestas llevan a recordar y reflexionar que en la adolescencia se pasa por muchos conflictos que varían según el contexto, pero se hacen presentes en toda persona y es necesario para cada adolescente tener un apoyo en algo o alguien, en este caso, lo serían el canto y los integrantes del Taller.

El canto es básicamente aprender a usar la voz, “es un arte muy bueno, que se enfoca en la *voz* de una persona”, respondió una alumna, y si se expande este concepto a la relación con los demás, se podrá decir que es una forma de expresar los sentimientos hacia una audiencia, donde se busca involucrar al público para que lleguen a generar empatía, como respondió otra alumna: “Es una *comunicación* mediante melodías de la voz más tus sentimientos”. Esta empatía se formaría más adelante con los integrantes del Taller, quienes hicieron de primer público ante las canciones individuales y que además crearon un vínculo de apoyo en el trabajo grupal.

Continuando con las preguntas de la encuesta, la siguiente indagaba sobre sus metas personales y si es que tenían un gran sueño en la vida. Esta pregunta fue hecha para saber qué tan arriesgados o no pueden ser en sus metas y sueños. Las respuestas fueron: Viajar, conocer culturas, completar los estudios, ayudar a su familia, tener una o dos profesiones, aprender idiomas, ser artista profesional, y tener una familia y casa propia. Lo que más recurrencia tuvo fueron los viajes por el mundo; lo segundo más recurrente fue la ayuda a la familia, lo cual buscan mediante un buen desarrollo de sus estudios. Algunos alumnos fueron más arriesgados en sus metas, en especial las 2 alumnas que hicieron referencia a ser artistas profesionales, está en ellas el deseo de reconocimiento de un público.

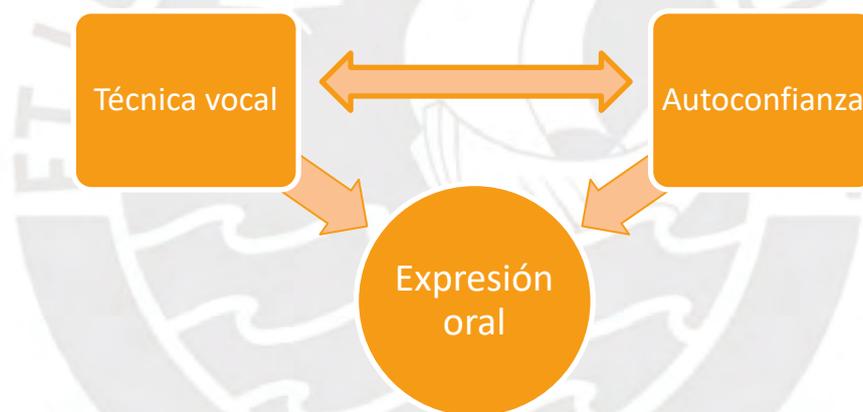
La siguiente pregunta fue ¿Te consideras introvertido(a) o extrovertido(a)?, la cual buscaba saber la percepción que ellos tenían de sí mismos para luego evaluar si eso

había cambiado. Introverso se describió como una persona que no se comunica fácilmente con otros y prefiere estar sólo, extroverso se describió como una persona que se comunica de una manera muy suelta con todos y prefiere estar rodeado de personas. En esta pregunta entraron tres tipos de respuestas: Los que son introvertidos con todos, los que son extrovertidos con todos y los que son extrovertidos con quienes conocen, pero introvertidos con las personas nuevas o que no les agradan. La mayoría se consideró extrovertido, 2 se consideraron introvertidos y 2 un poco de ambos. Esto luego se vio un poco distinto en el transcurso del Taller, ya que la mayoría mostraba timidez al relacionarse.

Para terminar la encuesta, los alumnos compartieron sus expectativas del Taller: Todos querían aprender a cantar bien, algunos mejorar su expresión e interpretación al cantar y una alumna mencionó que esperaba conocer personas de los mismos gustos. Esta última respuesta abre paso para hablar sobre la pertenencia a un grupo. El desarrollo de la comunicación interpersonal en los participantes del Taller ha sido en gran parte por el trabajo grupal. La particularidad de este grupo es que hubo adolescentes de distintos grados y como hemos visto en las respuestas de la encuesta, también gustos algo diferentes, metas variadas, aunque algunas en común, son extrovertidos e introvertidos, o un poco de ambos, pero todos comparten el gusto y necesidad de expresión, mas no de expresarse en su habitación, sino frente a un interlocutor. Para cada uno de ellos, los primeros interlocutores fueron sus compañeros en el Taller, y es desde ahí donde parte esta investigación para comprobar la hipótesis de esta investigación.

6.3.2. Técnica vocal y autoconfianza:

Lo que plantea este estudio es que la expresión oral en el adolescente mejora debido a la autoconfianza y habilidades técnicas que surgen al conocer su voz como instrumento musical, es decir, al ser capaz de cantar conociendo sus capacidades y limitaciones. La autoconfianza se va desarrollando al saber cómo emitir bien los sonidos y al descubrir de lo que se es capaz vocalmente. Además, mientras más se desarrolla la confianza, más lejos se puede llegar en el conocimiento de la voz; asimismo, al tener un mejor manejo de la voz, con una técnica que permite resonar saludablemente, con una respiración libre y una postura adecuada, inevitablemente se trasladan estos hábitos vocales al ámbito hablado. Es así como los alumnos desarrollan una mejor expresión oral. En este diagrama se muestra el proceso explicado:



Para evaluar este proceso, primero se realizó la revisión de la relación entre técnica vocal y autoconfianza en base a los resultados de las matrices de variables e indicadores donde se registró el crecimiento por clase de cada alumno (Ver anexo 3: Matriz de variables e indicadores). En este acápite se desarrollará el análisis de dichos resultados, sumados a los apuntes hechos por la profesora a lo largo del proceso, dividiendo los avances en tres etapas, equivalentes a los meses de trabajo.

6.3.2.1. Primera etapa: Mes 1 – (clases 1 – 8)

En este mes se trabajó la base de la respiración, resonancia y registros vocales. Los objetivos técnicos fueron: Lograr que los participantes reconozcan cuando realizan laringe baja, neutra o alta en sus distintos registros vocales, de pecho, cabeza y mixto, y que reconozcan cuando el sonido resuena en sus senos paranasales o "máscara". En esta primera etapa, como se explicó en el acápite 6.2., el grupo estaba terminando de formarse, algunos llegaron en la segunda o tercera semana. Para cuidar la identidad de los participantes sobre los que se hablará a continuación, se les denominará con los seudónimos propuestos en el cuadro del acápite 6.3.1.

El primer día, los 5 alumnos que asistieron estaban con la mirada un poco perdida, como si no supieran qué estaban haciendo. A pesar de que realizaron los ejercicios, se sentía que no estaban dando su 100%. En lugar de entusiasmo, la energía era tímida, insegura y evidenciaba que esta experiencia era algo nuevo para ellos. El volumen de voz al hablar oscilaba entre medio y bajo, es decir que no se los podía escuchar en todo momento y había timidez (ver Anexo 4: Tabla de descripción de valores); la interacción entre ellos también oscilaba entre media y baja, es decir les era difícil integrarse, la mayor parte de tiempo nadie intercambiaba palabras. En las siguientes páginas vamos a ver cómo fue cambiando esto.

- **Técnica vocal:**

En esta etapa se les presentó, a grandes rasgos, los elementos de técnica vocal que desarrollarían a lo largo del Taller: Por un lado los registros de pecho, cabeza y mixto; y por otro lado la resonancia, que abarca la posición de la laringe, vocalización y uso de la máscara. Para lograr un mejor entendimiento de estos elementos, el enfoque primero fue en realizar distintos sonidos que los llevaron a encontrar sus registros y resonadores sin necesidad de conocer los términos. Más adelante en este mismo mes, conocieron los nombres técnicos.

En la matriz de análisis (ver Anexo 3: Matriz de variables e indicadores), en la sección de “Resonancia”, durante las primeras clases la mayoría de puntos están como “No logrado”, debido a que ninguno podía realizar conscientemente las variaciones de resonancia, sin embargo de modo natural algunos tenían facilidad para la posición de la laringe neutra y baja; asimismo, un punto a favor del grupo fue que su afinación era buena y podían seguir las notas del teclado. En cuanto a los registros vocales, la mayoría tenía facilidad para el registro de pecho y sólo 2 alumnas para el registro de cabeza.

Dentro de los ejercicios realizados la primera semana, estuvo el ejercicio de *belting*, que consiste en llevar la voz de pecho a notas más agudas manteniendo la misma fuerza. Este ejercicio es más avanzado, pero se ejecutó de una manera que no se exigiera demasiado a sus voces. La mayoría de alumnas pudo llegar a un G4 lo cual estuvo bien para empezar; por otro lado, Aldo, el único alumno de la clase en ese momento, pudo llegar a un E4, que está bastante bien para un chico. El beneficio de este ejercicio es que ayuda al alumno a escucharse a sí mismo, y por la potencia que requiere, lo lleva a perder el miedo de sonar fuerte, empieza a conocer los límites de su voz y por ende empieza a crecer un poco la autoconfianza. Esto sucedió con una de las alumnas, Lía. Esta alumna aparentaba ser una niña tímida y con un volumen de voz bajito, pero apenas empezó a cantar mostró toda la potencia que tenía su voz, llegando hasta un A4 con bastante fuerza. Inmediatamente después de lograr esa nota, se la vio más suelta, empezó a sonreír más y a dar gestos de que no creía lo que había hecho. A partir de ahí, se empezó a corroborar que al escucharse hacer bien un sonido nunca antes realizado, que además se sintió bien y natural, se genera aceptación de la voz propia y confianza en uno mismo. Por otro lado, así como salió con mucha facilidad la voz de Lía, también hubo el caso contrario; la alumna Cristal paró el ejercicio diciendo “No, ya no me sale”, mostrando su temor e inseguridad. Ambas reacciones son normales en el descubrimiento de la voz. Al ser un ejercicio avanzado, no se exigió a ningún alumno o alumna a dar más de lo que se sentían cómodos, sino ver su fuerza natural.

Otro ejercicio que funcionó bastante bien fue el “hola, ¿cómo estás?” para encontrar la posición de la laringe neutra. Este ejercicio consistió en decir simplemente “hola, ¿cómo

estás?” varias veces en 1-2-3-4-5 de forma ascendente. A este ejercicio, luego se le hizo una variación, continuando con la voz hablada se pidió proponer distintas palabras, incentivando la imaginación de cada participante. Por ejemplo, una combinación de palabras que hicieron fue “hey, amor, arriba, escoba, uy”. Repitieron esa combinación de palabras en la misma nota manteniendo la laringe neutra, y explorando las posiciones baja y alta, para ir conociendo los sonidos que pueden hacer. Esto les causó mucha gracia a todos y se divirtieron haciéndolo.

Conforme se avanzaba en los ejercicios, los participantes encontraban nuevas dificultades, por ejemplo, era común tensar la laringe al subir a notas más agudas, por lo que se tuvo que trabajar el paso entre voz de pecho y voz de cabeza para evitar esas tensiones; así es que se trabajó levemente la voz mixta. El ejercicio [gu-nu-nun] en 5-3-1 (esta numeración es la referencia de la posición de los dedos en el teclado: sol-mi-do, la-fa#-re, etc.) era propicio para despertar la resonancia adecuada, por la [u] y [n], dar fuerza, por la [g], y flexibilidad, por la [u], a las cuerdas vocales, mientras se iba subiendo de nota, sin embargo no les era sencillo realizar fuerza sin tensar. Poco a poco, algunos participantes fueron logrando una voz mixta con prevalencia en pecho, es decir una voz fuerte en notas agudas, pero más cercanas a la voz de pecho que a la voz de cabeza.

Para la séptima clase, los chicos ya habían logrado consolidar una voz de pecho cercana a “lograda” y algunos llegaron a realizar bastante bien la voz mixta con prevalencia en pecho, estos alumnos fueron Lía, Aldo y Nina. De estos tres participantes, quien más sorprendió fue Lía por la potencia y facilidad que tenía para realizar una voz mixta con potencia en pecho. Lo único que le faltaba a Lía era perfeccionar su voz de cabeza, que aún era muy débil.

Para trabajar la voz de cabeza se hizo el ejercicio [vhom] en 6-4, 4-1 y fue bastante bueno, tanto para las mujeres como para los varones. Todos pudieron subir con facilidad, sin embargo, en otro ejercicio para la voz de cabeza se sintieron algunas desafinaciones. Para las mujeres, aunque no todas, fue más fácil subir a voz de cabeza con la laringe baja, y al momento de descender su voz, sentían la necesidad de

neutralizar la laringe. Lo contrario pasaba con los hombres, ya que les costaba más bajar su laringe en las notas agudas.

Al final de este mes, ya con el grupo más consolidado, se pudo apreciar que todos tenían una buena afinación, a pesar de que por momentos se les iba. Las mujeres, de lo que empezaron siendo tímidas con su voz, completaron esta etapa mucho más sueltas, al igual que los 2 varones del grupo. Por otro lado, las dificultades más comunes fueron la tensión en la laringe al subir a notas más agudas, mantener la resonancia en la cavidad nasal al hacer ejercicios en intervalos descendentes, la falta de consistencia en la compresión de cuerdas vocales para que puedan mantener una nota constante, la tendencia a hacer las vocales abiertas hacia los costados en lugar de relajar la mandíbula hacia abajo y la falta de conexión de la voz con la respiración.

Quienes mostraron mejoras más pronto fueron los que estuvieron desde la primera clase: Aldo y Lía. Quien más necesitaba salir de su comodidad era una de las alumnas de 2do, Tina, que mostraba bastante inseguridad en su voz.

Al desarrollar la técnica vocal, los y las participantes, iban incrementando su autoconfianza paralelamente, pero ¿cómo mostraban dicha evolución?: Con su volumen al hablar, con su postura o expresión corporal, su disposición al ensayo-error e interacción con el grupo (Ver Anexos 3 y 4).

- **Volumen de voz y expresión corporal:**

Al inicio, era incluso difícil escucharlos hablar, porque casi ni se comunicaban y predominó un volumen de voz bajo. Para el final de esta etapa cada participante ya manejaba un volumen de voz medio, y las alumnas Lía, Mica y Sami llegaron a un volumen de voz medio. Además de evaluar la voz en los alumnos, ver su expresión corporal fue también factor importante para analizar su crecimiento en la comunicación interpersonal. El cuerpo y la voz no van desligados de sí, ya que el cuerpo es nuestra caja de resonancia, y de acuerdo a nuestra postura y relajación o tensión, el sonido se

emitirá de distintas formas. Es por eso que cada sesión se inició con un calentamiento de cuerpo de 5 a 10 minutos.

En la expresión corporal se tomó en cuenta el centro de fuerza, que involucra toda la zona pélvica abdominal hasta el ombligo y llega hasta la lumbar. Esta zona define la postura, el equilibrio y la energía que se transmite en el escenario a través de la voz conectada con el cuerpo, y es activada con una correcta respiración. En las primeras clases los alumnos tenían un centro bajo o medio. Al finalizar esta etapa, esto se mantuvo casi igual, sin embargo, los que mostraban un poco más de energía y equilibrio eran Lía, Nina y Aldo.

Además del centro, se pudieron apreciar distintas manías con el cuerpo, al igual que puntos de tensión. Por un lado, había una tendencia de colocar las manos juntas al frente, en lugar de tenerlas sueltas a los costados; Nina tenía la manía de poner las manos en los bolsillos; Cristal, la manía de dar pequeños saltos con la punta de los pies; las demás chicas, tenían la manía de tambalearse mientras cantaban, mientras que los chicos de mover la rodilla. En este primer mes se observó la falta de conciencia corporal y además se pudo identificar tensiones en el cuello, hombros, torso, mandíbula, e incluso rodillas, debido a los nervios y que aún no respiraban apropiadamente para relajar sus músculos. El ejemplo más claro de tensión y timidez fue Tina, que caminaba encorvada, con el pecho encogido y tensión en los hombros y cuello, esto poco a poco fue disminuyendo, pero no del todo. Un elemento más que se observó en la expresión corporal fue la mirada. Esta debía mantenerse fija en un punto para poder direccionar la voz. Sin embargo, todos tenían una mirada variante, ya sea muy variante o poco variante, y se les tuvo que repetir muchas veces que mantengan la mirada en su punto fijo para mantenerse enfocados y con energía.

- **Interacción con el grupo:**

La primera semana, el grupo era de 5 alumnos, con un único varón, Aldo. Este alumno fue uno de los más cohibidos, a pesar de que en su encuesta él fue uno de los que se consideraba como extrovertidos. Es probable que no se haya soltado tanto al inicio por

ser el único varón entre tantas alumnas mujeres. Sea cual fuere el motivo, estas primeras clases la interacción entre ellos era baja. En la segunda semana llegó Mica, una de las alumnas que no había pasado la audición, pero quería formar parte del grupo, llegó durante el calentamiento de cuerpo y preguntó si podía pasar a la clase. Como faltaba una alumna se le permitió ingresar. En el transcurso de la clase, Mica demostró ser una buena suma al grupo, ya que contagiaba su alegría y le fue muy sencillo acoplarse al grupo. Al igual que ella, llegó Sami, quien era muy extrovertida y tenía facilidad para acoplarse al grupo, pero al mismo tiempo causaba algunas distracciones. Mica y Sami fueron las más extrovertidas del grupo.

Llegada la tercera semana, se unió un último alumno, Rolo, amigo de Aldo, y su presencia en el grupo hizo que Aldo se soltara más. Conversaban bastante entre ellos, pero mantenían el interés en la clase y se iban integrando juntos al resto del grupo. Esto no sucedía con Nina y su compañera de salón, ambas de 3ro, ya que solían aislarse del resto del grupo, normalmente se colocaban en la fila de atrás y eventualmente se iban separando de los demás, por lo que se les tenía que pedir que avancen un poco, o sucedía que mientras se explicaba algo, ellas conversaban y se les tenía que pedir que escuchen.

Por otro lado, había un grupo de alumnas de 2do, también compañeras de aula, en ese grupo estaban Lía, Mica, Sami y Tina, quien era de las más tímidas del grupo, pero tener a sus compañeras de aula hizo que se suelte y sonría más en cada clase. Por último, las alumnas Cristal y Mandy, de 3ro, a pesar de ser compañeras de salón, no eran muy cercanas. De ellas, una se consideraba extrovertida y otra introvertida, pero al ver la relación con el grupo, ambas se mostraban muy tímidas.

Como se mencionó anteriormente, el sentido de pertenencia a un grupo se hizo factor importante en este estudio. En las entrevistas finales, todos comentaron lo bien que se sentían con sus compañeros en el Taller y la mayoría decía que su momento favorito de la clase era practicar las canciones grupales. En esta primera etapa aprendieron la canción “En marcha estoy” de la película “Tierra de osos”. Viendo el registro de video, los momentos de práctica de esta canción permitieron que todos estén concentrados,

leyendo la letra, aprendiendo la melodía y cantando en el tempo, juntos. Cada vez que practicaban la canción se veía cómo disfrutaban y la energía colectiva se fue haciendo más alegre.

- **Disposición de ensayo-error:**

La disposición al ensayo-error se vio en los momentos que decidían salir a cantar frente a sus compañeros y compañeras, y una vez al frente, en sus reacciones ante los errores técnicos que podían presentarse en su participación. Este indicador permitió ver el crecimiento en su autoconfianza y técnica vocal paralelamente. Además, fue importante, no sólo ayudarlos a vencer sus miedos, sino también educarlos para que escuchen con atención y respeto a los demás, sin criticar sus errores.

En la práctica del canto, como en otras disciplinas artísticas, el error es parte necesaria del proceso. La diferencia con el canto es que la voz es un instrumento sumamente personal e íntimo. Si ya es difícil para algunas personas alzar la voz frente a un público, cantar es aún más difícil, implica perder el miedo al “¿qué pensarán de mí?”, “¿y si me sale un gallo?”, “¿y si desafino?”; Asimismo, implica incentivar a la mente a pensar “sí me va a salir”, “debo intentarlo”, “yo puedo hacerlo”.

A finales de la tercera semana los alumnos empezaron a tener participaciones individuales. La primera participación individual fue con la canción “En marcha estoy” y el momento en que se pidió voluntarios, todos estuvieron indecisos hasta que Rolo decidió salir primero. Aunque hizo los ejercicios con un poco de timidez, luego se fue soltando. Le siguieron Aldo y Lía, y las últimas en salir fueron Sami, Nina y Tina. Entre todos, el valor más logrado fue una disposición media. La única con disposición baja fue Tina, quien mostró bastante timidez y volumen bajo al hacer los ejercicios. Si bien la disposición fue media, el momento donde mostraban más inseguridad o vergüenza era al terminar de cantar. Es así como 6 alumnos del grupo, Rolo, Aldo, Lía, Mica y Nina, luego de cantar o de que les salgan gallos se iban a sentar al instante sin esperar indicaciones.

Gracias a lo vivenciado en el Taller, se pudo ver que uno de los mayores miedos o incomodidades en los alumnos fueron los “gallos”. Estos sonidos suceden cuando las cuerdas vocales no están acostumbradas a los distintos registros. Los gallos son necesarios para entrar a esas zonas de la voz que el alumno aún desconoce. Lo normal es que después de que salga un gallo en una nota, cuando se vuelve a hacer la misma nota, el gallo sale más leve o ya no vuelve a salir, y es así como se “limpia” la voz. Este fenómeno en la voz no debería causar dolor, simplemente es un sonido poco agradable que puede prestarse para la burla.

Para evitar que se genere la burla y dañar la confianza de los y las participantes, se explicó dicha naturaleza de los gallos, de modo que los entiendan como necesarios en la práctica para que no salgan en el escenario, después se motivó a los alumnos a celebrar cada vez que a alguien le saliera un gallo: “*¡Si sale un gallo, todos decimos yeee!*”, y así juntos celebraban con aplausos a cada alumno que empezaba a conocer más su voz. A los primeros en sucederles esta celebración fueron Aldo y Nina.

6.3.2.2. Segunda etapa: Mes 2 – (clases 9 - 16)

En este mes se empezó a trabajar el repertorio grupal e individual. Los objetivos fueron: Trabajar la interpretación y técnica con la canción “En marcha estoy” de “Tierra de osos”, trabajar técnica y armonías con la canción “No me rendiré” de la película “Spirit”, realizar trabajo individual con cada alumno e ir seleccionando sus canciones para la muestra final.

- **Técnica:**

La práctica de canciones grupales e individuales ayudó a poner en práctica la técnica aprendida. Asimismo, con el grupo recién consolidado, fue necesario nivelar a todos para poder avanzar, ya que algunos se perdieron las primeras semanas. A continuación se exponen los resultados del trabajo con las canciones grupales y del trabajo individual.

La canción “En marcha estoy” es una canción muy alegre y técnicamente sólo requiere de una voz de pecho sólida y un poco de flexibilidad para un par de notas altas. Debido a que en la etapa anterior ya utilizaron esta canción como ejercicio, fue momento de llevarla al siguiente nivel: Un examen de canción. Fue el único “examen” que se hizo en el Taller, donde tenían que cantar de inicio a fin, pase lo que pase, y fue el primer enfrentamiento que tuvieron frente a un jurado, la profesora y una psicóloga. Vocalmente todos demostraron tener una buena base de voz de pecho, aunque por momentos un poco tensa. La mayor dificultad en el examen fueron los nervios. Sobre esto se entrará en mayor detalle en el apartado de interpretación.

La siguiente canción fue “No me rendiré”, de estilo más *rockero* y con nuevas dificultades técnicas. Se tuvo que cambiar la tonalidad de la canción original para que chicos y chicas puedan hacer distintos juegos de voces. En esta canción pusieron en práctica la voz de pecho y empezaron a explorar la voz mixta con potencia en pecho. Asimismo, las alumnas con más facilidad para voz de cabeza hacían las voces más agudas.

Dentro de este mes se dio la visita de la asesora especialista en canto, para aportar a la clase y al método de enseñanza. Durante dicha sesión, los alumnos que pudieron trabajar de modo individual fueron Mandy, Mica y Aldo. Un detalle gratificante de ese día fue un comentario de Aldo: “Me siento bien”, refiriéndose a su voz. Él llegó con unas cuerdas vocales flojas, podía dar volumen, pero no entraba correctamente a todas las notas, en su lugar hacía curvas con la voz, le faltaba desarrollar el ataque inicial, donde las cuerdas vocales tienen la compresión necesaria para producir un sonido bueno. Pero eso ya no le sucedía; afirmó que no recordaba la voz que hacía antes, que desde que se le indicó que empiece a usar su voz hablada, es decir, cantar con la laringe neutra, su voz empezó a salir mejor y lo sentía diferente. El crecimiento vocal de Aldo fue bastante grande ya que desde la primera clase mostró compromiso en cada ejercicio.

Gracias al trabajo grupal e individual se vieron los avances técnicos de este modo: Por un lado los registros, empezando por la voz de pecho. De todos los alumnos, Lía fue la única que logró realizarla con la compresión de cuerdas adecuada. Aldo, si bien había

mejorado bastante, por momentos tenía una débil comprensión de cuerdas, por lo que aún se le consideró “en proceso”. Otro avance bueno fue en Tina, que de tener una voz casi susurrada, a este punto ya pudo hacer su voz de pecho con más seguridad. El único inconveniente con las chicas fue que no podían bajar a notas muy graves, por lo que se procuró reforzar sus notas habladas naturales. En el registro de cabeza, sólo 4 alumnas estaban teniendo dificultades para realizarla sin problemas, pero al finalizar este período, el número se redujo a 2. Estas 2 alumnas, Sami y Cristal, tuvieron de 3 a 4 faltas seguidas respectivamente, volviéndose a acoplar justo en las 2 últimas clases de esta etapa. Los demás estaban teniendo bastante éxito en su exploración de voz de cabeza, especialmente los varones del grupo, para ellos fue muy nuevo escucharse en voz de cabeza o *falsetto*. El último registro es la voz mixta, y los alumnos que ya la estaban trabajando fueron Aldo, Nina y Lía, con mucho éxito, mientras que Mandy también la exploraba, pero no salía todo su potencial por sus nervios.

Por otro lado, está la resonancia y los elementos implicados en ella: Primero se trabajó la posición de la laringe neutra o voz hablada. Al inicio todos tenían esta voz en proceso, menos Mandy; sin embargo, para la clase n° 16, todos pudieron realizar su voz hablada con mayor eficacia. Esto no sucedió con la laringe en posición baja, que fue la más difícil para todos, y sólo Nina y Tina pudieron realizarla con más seguridad, siendo ellas a quienes se les designó hacer las notas altas en una de las canciones del repertorio grupal, ya que no tensaban la garganta como los demás. En cuanto a la laringe alta, todos la ejercitaron más en los tonos altos, pero les costaba mantenerse arriba sin tensar más de lo necesario, por lo que se dejó de trabajar mucho esta posición, y en su lugar se buscó reforzar la voz hablada y lograr la voz relajada con la laringe baja.

Además de las posiciones de la laringe, en la resonancia se involucran el uso de la máscara o resonancia en las cavidades nasales y la vocalización con una mandíbula relajada. En el caso del uso de la máscara, al inicio de este mes sólo 4 alumnos estaban en proceso, mientras que a los restantes les costaba mantener mucho más la resonancia de ese modo. Felizmente al finalizar esta etapa, la mayoría de alumnos pudo encontrar su resonancia en la máscara, lo que les costaba era mantenerla, especialmente cuando

realizaban intervalos descendentes, pues su tendencia era bajar la resonancia a la garganta al sentir una nota grave.

En cuanto a la vocalización, fue complicado eliminar los malos hábitos de abrir la boca hacia los costados o de no abrirla lo suficiente. Eventualmente, todos los alumnos entendieron la importancia de relajar la mandíbula hacia abajo. La dificultad fue que les costaba mucho recordarlo al momento de cantar y volvían a sus antiguos hábitos.

- **Volumen de voz y expresión corporal:**

Empezaron esta etapa con un volumen de medio a medio alto y se mantuvo así en todo el mes, siendo Lía, Sami, Mica y Nina quienes hablaban en volumen medio alto. En cuanto al cuerpo, el centro continuó débil durante un tiempo, con sólo 3 alumnos que lo tenían más presente. Llegado el final del mes, 4 alumnos manejaban un centro medio, pero no llegaban a proyectar la energía completa que podrían. La meta es que logren tener un centro fuerte. Por otro lado, las principales tensiones continuaron siendo hombros, mandíbula, cuello, torso y rodillas. Sólo 3 alumnas no mostraban ninguna tensión visible, sin embargo, 2 de ellas reflejaban un centro débil y al momento de cantar proyectaban su energía de forma desordenada. Asimismo, la mirada en todos continúa siendo un poco variante, es decir, no direccionan su sonido hacia un punto fijo, lo cual indica que falta seguridad al cantar. Quienes han desarrollado una mirada más fija son Lía y Nina, mientras que Sami es la que más variante tiene la mirada, demostrando su dificultad en concentrarse.

Se volvió a conversar sobre la importancia del cuerpo en el escenario debido a que varios alumnos se movían sin sentido mientras cantaban, por un tic nervioso, por ejemplo. Algunos participantes tenían la tendencia de hacer movimientos de rodillas, y en el caso de Lía, cada vez que se equivocaba en algo, o sentía que algo le salía mal, con su dedo índice hacía el gesto de una lágrima cayendo por su mejilla. Además de esto, reflejaban poca energía en el centro, causando que su cuerpo tambaleara. Por esto, se tomó como referencia a los cantantes de pop Michael Jackson y Beyoncé. Ambos hacen que el público enloquezca con sólo estar parados. A los alumnos les gustó esta

referencia, pues entendieron y algunos imitaron la postura. Sin embargo, quedó sólo en un momento divertido, ya que cada vez que cantaban solos, en lugar de energía mostraban un intento de control. Esto por un lado fue bueno, ya que cada vez iban disminuyendo los movimientos sin sentido, sólo faltaba agregar los movimientos con sentido, es decir, la conexión de la interpretación vocal con el cuerpo.

En general, aún faltaba conciencia del cuerpo en unidad con la voz. Este Taller estuvo destinado a mejorar sus voces, incluyendo un calentamiento físico suave para la relajación, sin embargo, pareció necesario implementar algunos ejercicios vocales donde paralelamente se ejercite el cuerpo. Uno de esos ellos fue el siguiente: [i] en 1-2-3-4-5, 5-4-3-2-1, agregando [o] y [a] del mismo modo, a la vez que se hace un balance con el cuerpo de lado a lado con los brazos sueltos y las rodillas ligeramente flexionadas. Este ejercicio iba aumentando y disminuyendo en velocidades. A todos les costó soltarse y moverse de verdad, sin embargo, el concentrarse aunque sea un poco en el movimiento hizo que sus voces salgan sin tensiones.

- **Interacción:**

Cada participante se ha ido soltando poco a poco. La interacción en esta etapa inició en un nivel medio, con algunos alumnos un poco más sueltos y, de modo muy grato, al final del mes la interacción ya era alta entre todos. Como en todo grupo humano, se formaron pequeños sub grupos, de 2 o de 3, sin embargo, poco a poco los sub grupos iban interactuando entre ellos hasta que ya no se sintió división. Lo que se mantuvo fue más afinidad entre algunos alumnos y alumnas, pero esto no impedía su trabajo con los demás. En esta etapa el grupo terminó de consolidarse, al retirarse una de las alumnas y dejando el grupo con 9 participantes, quienes han sido ya nombrados a lo largo de este documento.

En la práctica de las canciones grupales fue donde más se unificó el grupo. Continuaron cantando “En marcha estoy” y empezaron con la nueva canción, “No me rendiré”, con la que se emocionaron bastante por el estilo *rockero* y las notas altas. En esta canción los varones se turnaban con las mujeres en distintas líneas y en otras hacían armonías.

Hubo una oportunidad en que Rolo estaba cantando su parte, al inicio no le salía, pero cuando logró el mejor sonido, sus compañeras le aplaudieron y él hizo un gesto de “¡gracias!”, haciendo que todos rían; al repetir la nota con el mismo éxito, volvieron a celebrar juntos. Estos detalles de apoyo grupal fueron los que reforzaron la confianza como individuos y como grupo. Lo mismo sucedió con las alumnas Tina y Nina, que hicieron muy bien la octava alta en unas partes de la canción. Esta dinámica de cantar diferentes voces hizo que se concentren, sorprendan y diviertan.

Otro momento de interacción era al finalizar cada clase. Las primeras clases se iban y dejaban el salón desordenado, ya que no era su responsabilidad ordenarlo, pero en adelante, el orden del salón se volvió parte de la dinámica. Esos momentos fueron la extensión de la clase, donde a partir de la sesión n° 14, se pusieron a cantar juntos mientras ordenaban. A veces canciones de la clase, pero mayormente otras canciones que ellos escuchaban. Cantaban en distintos grupos, con sus compañeros más afines, y a pesar de que ordenaban distintas cosas, se rescata la alegría y comodidad con la que se lograron soltar.

Como se mencionó al inicio, en este mes se terminó de consolidar el grupo que llegaría a la muestra final; sin embargo, las faltas continuaron. Las más resaltantes e importantes de mencionar fueron Sami con 3 faltas seguidas de la sesión 12 a la 14, Cristal con 4 faltas seguidas de la sesión 11 a la 14, y Mica con 4 faltas seguidas de la sesión 13 a la 16. En los tres casos justificaron sus faltas de distintos modos, por lo que se mantuvo su cupo en el Taller. Luego, su reincorporación al grupo se vio afectada por el desnivel en técnica, así como el de interacción.

- **Ensayo error:**

Las canciones individuales permitieron apreciar la disposición de los alumnos a equivocarse y volverlo a intentar. Lía, Mica, Nina y Rolo destacaron por una disposición alta, mientras que los demás tenían una disposición media o baja. En esta etapa era normal que tengan temor, ya que era la primera vez que cantaban solos frente a un grupo de personas.

En el caso de Lía, a pesar de que tenía una disposición alta, cada vez que tenía un “error” hacía el gesto de la lágrima cayendo por su mejilla. Esto llevó a hacer nuevamente una reflexión sobre las equivocaciones, lo cual poco a poco fue calando en el interior de los alumnos y alumnas.

El momento de la verdad era cada vez que se les preguntaba: “¿Quién sale hoy?”. Lo planificado era que nazca de ellos, y muchas veces demoraban 1 a 2 minutos en decidirse, lo cual al inicio se aceptaba, pero cuando se hizo muy recurrente, se tenía que dar un empujón, nombrando a alguno de los alumnos que necesitaban practicar. Felizmente, en ningún caso negaban la participación, a pesar de que salieran un poco tímidos o con preocupación, una vez que empezaban a cantar, esa energía inicial iba cambiando, en algunos más que en otros, pero lo importante es que no volvían a su asiento con la misma preocupación o desgano.

- **Interpretación:**

Se incluyó este indicador en este mes por el inicio de las participaciones individuales. La primera evaluación de su interpretación fue en el examen de la canción “En marcha estoy”. En este examen asistió una psicóloga para observar el desempeño expresivo de los alumnos. La dinámica del examen fue entrar al salón y presentarse como se haría en una audición, diciendo su nombre y la canción que iban a interpretar, para inmediatamente cantar la canción completa y, al finalizar, retirarse y darle el paso al siguiente participante. Todos, sin excepción, estuvieron nerviosos, por lo que luego la psicóloga recomendó realizar más ejercicios de relajación previos a cantar. Los resultados del examen en orden de participación fueron estos:

Lía lo hizo bien, pero desafinó en unas partes por falta de aire y nervios, y al final hizo un gesto de “no salió bien”. Sami, se presentó con una voz llena de energía y alegría, pero la forma en que se expresaba era desordenada, se olvidó la letra y tuvo que retomar con ayuda. Mandy se presentó tímida, se olvidó la letra, pero retomó con ayuda, en una parte incluso confundió la melodía. Mica se presentó con un buen volumen de voz, pero estaba haciendo muchas mímicas durante toda la canción, lo cual hizo que por

momentos desafinara y al final de su presentación hizo un gesto como si hubiera sentido que le salió mal. Aldo estuvo extremadamente nervioso y se olvidó la letra. Tina también olvidó la letra, intentó hacer mímicas, pero estaba muy nerviosa y su sonido se perjudicó, se sentía bastante tensión en la laringe y la voz de cabeza débil. Rolo, a pesar de que cantó entonado, no dio nada de energía. Nina empezó diciendo: “No me sé la canción correctamente, pero no va a impedir de que la quiera cantar. Tengo que”. Empezó con fuerza y lo hizo muy bien, pero bajó la energía al final. La única alumna que faltó pasar por esta experiencia fue Cristal. Inmediatamente luego del examen se les dio espacio para que expresen cómo se sintieron. Todos admitieron que estaban muy nerviosos, algunas alumnas expresaron que no sabían a dónde mirar o que se olvidaron la letra sólo por los nervios.

Luego del examen de canción se empezaron a seleccionar las canciones individuales. Fueron en varios estilos, dependiendo de los gustos personales: Canciones en inglés, baladas en español, pop en español y canciones de musicales. Al inicio del mes sólo se dedicó el tiempo a elegir la canción adecuada, en ese sentido algunos alumnos fueron cambiando de canción en el proceso. Cerca a finales de mes, casi todos tenían una canción seleccionada para la muestra y en la sesión n° 15, según cronograma, tocaba empezar a trabajar más la interpretación. Para esto se les habló sobre 6 de las 7 preguntas del actor que sirven también para la interpretación de canciones:

1. ¿Quién soy? ¿En esta canción soy yo o un personaje creado?
2. ¿Dónde estoy? En mi cuarto, un campo, un concierto.
3. ¿Cuándo es? ¿qué momento del día o del año, pasado, presente?
4. ¿Qué quiero? ¿qué quiero lograr con la canción? Ejemplo: Quiero demostrarle a mi papá que puedo lograr lo que me propongo.
5. ¿Para qué lo quiero? El objetivo. Ejemplo: Para que mi papá realmente me de mi espacio de soñar.
6. ¿Qué me lo impide? Obstáculos que generan conflicto.
7. ¿A quién me dirijo? – Esta pregunta no está incluida dentro de las 7 preguntas del actor, pero es necesaria para los objetivos interpretativos.

6.3.2.3. Tercera etapa: Mes 3 – (Clases 17 – 24)

En esta etapa se empezó a trabajar una tercera canción grupal y se terminó de definir el repertorio para la muestra final. Los objetivos fueron: Trabajar la canción “True colors” de Cindy Lauper y afianzar la interpretación en las 3 canciones grupales. Así como consolidar la técnica en el repertorio individual.

- **Técnica:**

Nuevamente estaba el grupo completo con las chicas que habían faltado el mes pasado. Sin embargo, las ausencias se volvieron a repetir más adelante en 2 de ellas, haciendo que sólo Mica cante su canción individual, y Sami y Cristal canten únicamente en las canciones grupales. La vuelta de Mica hizo notar su falta de práctica en técnica vocal, por lo que costó un poco volver a realizar los ejercicios con ella.

Llegada esta etapa, lo que faltaba era afianzar la técnica, ya que habían explorado nuevos sonidos en su voz y conocían mejor lo que les costaba y lo que no. Parte de los ejercicios grupales que se hicieron en esta etapa fueron para fortalecer las cuerdas vocales y seguir desarrollando la voz hablada y mixta:

Los ejercicios de *stacatto* ayudaban a generar energía y los utilizamos con consonantes como la [g] y [k] para ayudar a fortalecer la compresión de las cuerdas vocales. Por ejemplo, [ga-ga-ga-ga] en 5-4-3-2-1. Al inicio, los alumnos alargaban la vocal, sin lograr el *stacatto*, hasta que después de varias correcciones pudieron dar más énfasis a la consonante y acortar la vocal. La velocidad de este ejercicio también fue variando, más lento al inicio para que puedan sentir el ataque, y poco a poco más rápido.

Para fortalecer la resonancia y voz de pecho, extendiéndola a voz mixta, se trabajó el [kei] en 1-3-5-8-8-8-5-3-1. En este ejercicio les costó mantener la mandíbula relajada, lo hacían por un momento pero en el transcurso del ejercicio volvían a estar abriendo la boca hacia los costados. Este ejercicio hizo ver que ya tenían más facilidad para resonar en su máscara y tener fuerza en voz de pecho, sin embargo a varios les costó poder subir

a una voz mixta con la misma fuerza sin tensar la laringe. Por eso se probó hacer el ejercicio “llorado” o “chillado” que consiste en hacer sonidos similares a los de un bebé llorando o una bruja riendo. Esta voz ayuda a dar flexibilidad a nuestro sonido y puede facilitar la mixta en notas más agudas. Fue un buen ejercicio para explorar la laringe alta de modo saludable, los hizo salir de su zona de confort y estuvieron bastante concentrados, sin embargo no es una voz que se haya podido desarrollar mucho y queda pendiente para un siguiente taller. Para continuar reforzando la voz hablada y la voz con laringe baja, para evitar que se dañen la garganta al subir de notas, se trabajaron los ejercicios [kou] y [da], ambos en 5-3-1.

Además de la técnica grupal, este mes se terminó de trabajar la canción “No me rendiré”, en la cual se realizaron las distintas armonías. Lo que más costó fue que cada uno recuerde su armonía y el momento en que entraba. Esta canción requirió de bastante fuerza vocal y tomó un buen tiempo lograr consolidarla, pero se logró. Además se empezó a trabajar la canción “True colors”, completamente en inglés, lo cual llevó al grupo a trabajar la pronunciación con vocales de ese idioma, encontrando nuevas formas de resonar con un estilo más suave.

“True colors” fue la canción que más disfrutaron aprender como grupo. Al cantarla se los escuchó bastante entonados y con buen sonido, las chicas usaron su voz de cabeza y los hombres su voz de pecho, esta canción estaba en una tonalidad que se acomodó tanto a chicos como a chicas. Dentro de las dificultades técnicas de esta canción estuvo el fraseo y un arreglo vocal que se tuvo que modificar. Para tener claro el fraseo, se repasó frase por frase la cadencia de cada palabra y se repitió cuantas veces fue necesario para que lo aprendan. Felizmente, todos demostraron tener bastante musicalidad y no les fue tan difícil aprender el fraseo. En el caso del arreglo vocal, este requería de una agilidad vocal que no todos compartían al mismo nivel. Después de una práctica lenta, se decidió realizar el arreglo como un *glissando*.

Al finalizar esta etapa, sin contar la muestra final, el resultado del crecimiento vocal fue el siguiente:

Registros.-

El registro de pecho fue logrado por Lía y Aldo, que en la totalidad de sus intentos tenían éxito. Los demás quedaron en proceso por no poder controlar todos sus intentos. Sin embargo, todos llegaron a desarrollarla en distintos niveles. El registro de cabeza fue logrado con mayor eficacia por Nina; la alumna Tina también pudo desarrollarla bastante, sin embargo se la considera aún en proceso porque la realizaba con mucha cautela y no llegó a soltarla por completo. Los demás alumnos también califican en proceso. El registro mixto fue logrado por Lía y Aldo, con potencia en pecho. Ningún alumno pudo llegar a hacer una mixta con potencia en cabeza. De los demás alumnos sólo Rolo y Tina tuvieron dificultades para este registro, y los demás estuvieron bastante cercanos a realizarla, pero quedaron en proceso.

Resonancia.-

La afinación de todos no resultó perfecta. Mandy, Rolo y Mica tuvieron dificultades en varias situaciones, especialmente Mica, quien inicialmente no había pasado la audición por ese tema. Los demás alumnos tenían una buena afinación, que por momentos variaba dependiendo de la posición de la laringe y lugar de resonancia.

La posición de la laringe neutra se logró nuevamente con Lía y Aldo, Nina estuvo muy cerca de tenerla lograda, pero la última clase su voz hablada estuvo algo chillona, es decir, la laringe se le subía un poco. Los demás calificaron en proceso porque se les solía mover la laringe ya sea hacia arriba o hacia abajo, dependiendo del ejercicio. La posición de laringe baja no llegó a ser lograda a su 100% por ningún alumno, sin embargo sí la realizaron en algunos ejercicios de técnica y la pusieron en práctica levemente en la canción “true colors”, por lo que se mantiene calificada en proceso. La posición de laringe alta, es decir la voz más aguda se usó en algunas partes de las canciones “En marcha estoy” y “No me rendiré” y si bien la realizaron con éxito juntos, aún falta perfeccionarla, por lo que queda calificada en proceso.

Por otro lado, está el uso de la máscara y la vocalización. La única alumna que no ha podido mantener un buen uso de la resonancia en su máscara fue Mandy, que apoyaba su sonido en la nariz más que en los senos paranasales, los demás alumnos califican en

proceso, debido a que a veces por nervios o falta de aire, llevan su resonancia solamente a la garganta, no pasaba en todas las ocasiones, pero continuó sucediendo. En cuanto a la vocalización, todos calificaron en proceso; fue bastante complicado desarrollarla, pero quienes mostraron mayores mejoras a comparación del primer día fueron Lía, Nina, Aldo, Tina y eventualmente Mica. Ellos mostraron mejoras significativas a su manera anterior de vocalizar.

En la última clase asistió un guitarrista para ensayar el repertorio y también asistió otra psicóloga para observar la expresión de los chicos. El comentario final que dio ella fue que todos están todavía un poco encorvados. Lo cual lleva al siguiente punto, ver cómo se refleja su autoconfianza en el cuerpo.

- **Volumen y expresión corporal:**

Al finalizar esta etapa, la mayoría de alumnos ya estaba comunicándose en un volumen medio alto. Sólo Mandy y Tina mantuvieron el volumen medio. Ningún alumno llegó a un volumen seguro debido a que faltó conectar la voz con el cuerpo para poder llegar a ese nivel (ver Anexo 4: Descripción de valores).

En los momentos de calentamiento de cuerpo se pudo observar que todos tenían una mejor postura, quizás no al 100%, pero definitivamente mucho mejor que antes, esto se debió a la evolución en el centro de fuerza y conciencia del cuerpo. El centro de fuerza llegó a un nivel medio. Lo óptimo hubiera sido un centro fuerte, pero lo positivo es que todos mostraron mejoras y salieron del nivel bajo. Por otro lado, las tensiones todavía podían verse. Por ejemplo, cada vez que le faltaba a alguien la respiración, mostraba alguna tensión en los hombros y cuello. La falta de aire sucedía principalmente por nervios. Esto se corrigió indicándoles que marquen en su canción dónde tomar aire. Lía mantuvo ligeras tensiones en la mandíbula y rodillas, que de vez en cuando continuaba tambaleando, pero con menor frecuencia. Quienes no mostraban ninguna tensión eran Mica y Nina. Además, varias manías dejaron de ocurrir, los movimientos constantes sin sentido y los gestos de “me equivoqué” ya no eran tan recurrentes. Por otro lado, la mirada fija continuó siendo bien desarrollada en Nina y Lía, mientras que el resto del

grupo mantuvo una mirada un poco variante, dependiendo de sus nervios y/o concentración.

Al momento de cantar las canciones grupales, todos se sueltan más entre ellos, incluyendo movimiento corporal. Realmente se notaba que disfrutaban. Por ejemplo, con la canción “true colors”, hacían palmadas, incluso cuando se paraba la pista para hacer alguna corrección, ellos continuaban con mucha energía y sólo quedaba disfrutar ese momento para luego volver a retomar las correcciones. Cada vez que sucedía esto, se iba develando la necesidad de jugar y moverse al cantar, lo cual podría desarrollarse más en un siguiente taller. La duración de 3 meses ha sido para enseñar técnica vocal, pero sería ideal que paralelamente haya un taller de expresión corporal o agregar una temporada extra de 3 meses para trabajo de voz y movimiento con coreografía básica.

- **Interacción:**

De lo que inició como una interacción baja, a la última clase, todos contaban con una interacción alta entre ellos. Por un lado Mandy mostró más afinidad con Aldo y Rolo, pero también compartía varios momentos con Lía y Mica. Después de que la compañera de aula de Nina saliera del Taller, ella pudo acoplarse mejor, ya no se aislaba y empezó a tener afinidad con Tina, que a su vez tenía afinidad con Lía, Mica, Sami y Cristal. Aldo y Rolo siempre andaban juntos, pero también eran celebrados por sus compañeras cuando las cosas les salían bien y se notaba que estaban cómodos con ellas.

En este mes, Aldo llevó su guitarra a un par de clases, cada vez que había algún tipo de intermedio aprovechaba para tocar y cantar con Rolo, sino lo hacía al final de la clase. Se volvió algo normal que todos canten entre ellos alguna canción al terminar la clase. No sólo lo hacían al final de la clase, sino también con las canciones grupales durante la clase. Bastaba que se indicara la canción que cantaríamos y todos instantáneamente empezaban a cantarla *a capella*. Esto era muestra clara de que no sólo disfrutaban, sino que tenían la confianza suficiente para alzar su voz y empezar a cantar sabiendo que los demás también lo harán.

Verlos cantar improvisadamente era un regalo. A pesar de que todavía tengan mucho camino técnico por recorrer, lo importante es que ya estaban cantando. En las primeras clases apenas sonreían, tenían miedo o timidez, y al final del Taller, disfrutaban cantar juntos.

- **Ensayo-error:**

Para el final del Taller, la mayoría de alumnos tenía una disposición media al error. Todavía con ciertos reparos y miedos de que salgan gallos o de no afinar. El miedo seguía estando ahí, pero desarrollaron la capacidad vencerlo con mayor seguridad.

Frente a las participaciones individuales, continuó la demora en su prontitud para salir al frente. A pesar de sentirse seguros en el grupo, cantar solos aún los ponía nerviosos. Sin embargo, una vez que ya estaban al frente, realizaban los ejercicios a pesar de los sonidos raros que pudieran emitir. Entre quienes destacaban en actitud ante el error estaban Nina y Lía, mientras que Rolo fue al que más le costó. Muchas veces se sentía que no daba todo de él y a pesar de motivarlo, sus logros quedaban aislados, es decir, una clase le salía bien y a la otra daba el 50% de lo que había dado antes. Aquí entra la memoria muscular: Cuando un alumno logra hacer correctamente una nota, los músculos involucrados en la producción de ese sonido necesitan ejercitarse, en otras palabras, se tiene que repetir varias veces el ejercicio hasta dominarlo. Cuando no se hace dicha práctica, el logro queda aislado y luego el alumno, al no poder repetir la nota con el mismo éxito, genera frustración en su mente, lo cual bloquea aún más los músculos. Por esto, es necesario entender que el error es parte de la práctica para crear la memoria muscular, hasta que eventualmente el error se elimine.

Toda la práctica llevó al momento de la muestra final. Es ahí donde cada uno mostró distintos niveles de confianza basados en su práctica personal. Muchos no volvieron a cometer los mismos errores que tenían en clase, otros continuaron mostrando los mismos errores, pero ninguno dejó de cantar, y ese fue el mayor logro: Perder el miedo en el escenario.

- **Interpretación:**

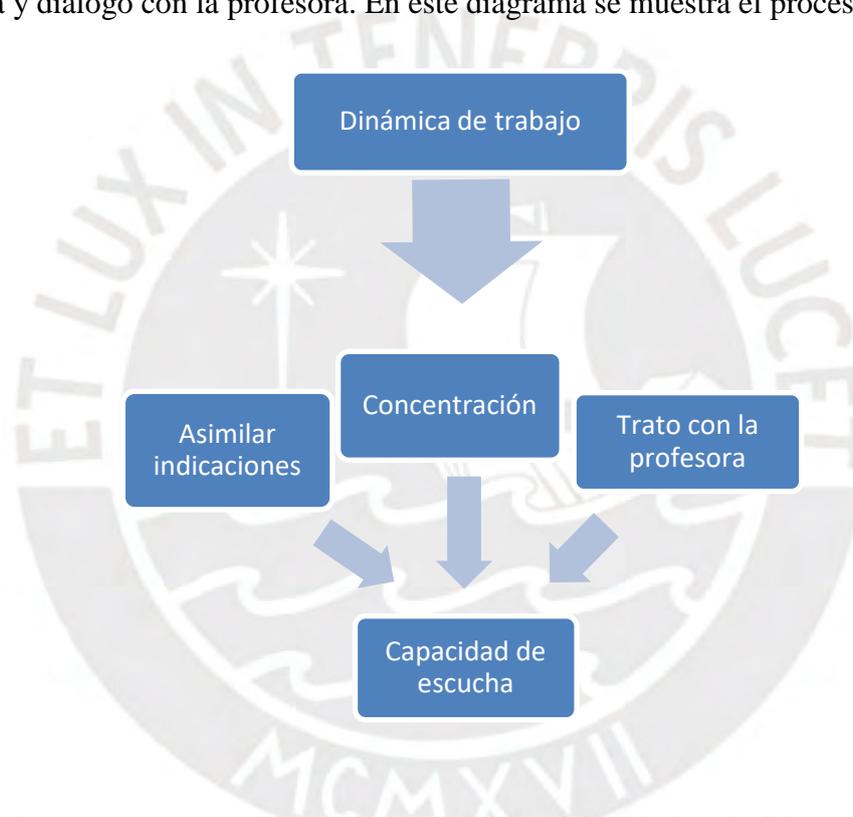
La interpretación se clasificó entre, muy baja, baja, media, media alta y alta (Ver Anexo 4: Tabla de descripción de valores). Para la última clase, los chicos no habían mostrado mucha conexión con la letra de sus canciones individuales, más disfrutaban las grupales. Los únicos alumnos que tenían un nivel bajo, pero cercano a medio eran Aldo, Tina y Lía. Aldo siempre mostró una naturalidad para cantar, aún le falta experiencia en escenario para poder soltarse más, pero en cada ensayo dio de su parte. Por otro lado, Tina era la más tímida del grupo y cantar frente a sus compañeros y compañeras siempre le fue difícil, pero con el apoyo de todos y la escucha atenta que se le brindó, logró vencer su miedo cada vez más, es así como cuando practicaba su canción individual todos quedaban atrapados con su interpretación. Ella quizás no se daba cuenta, pero tenía mucha honestidad al cantar, se la veía nerviosa, pero a la vez como un ángel cantando suave y enfocada en que quería lograrlo. Todo eso transmitía y sus compañeros se lo afirmaron.

En contraste, estaba Lía, que ya había dejado su timidez y en cada ensayo daba todo de ella, se enfocó mucho en que le salga la resonancia correcta y las notas exactas, lo cual la llevó a ponerse un poco dura al interpretar, le costó dejar de pensar en la técnica, sin embargo ella era consciente de la traducción de su letra en inglés y sabía que en lo posible debía transmitir todas esas emociones.

Más adelante, en la muestra final, todos demostraron lo que aprendieron en el Taller y su forma de interpretar grupal e individualmente.

6.3.3. Capacidad de escucha y dinámica de trabajo:

Lo segundo que plantea este estudio es que, debido a la dinámica de trabajo con la profesora y los compañeros, se incrementa la capacidad de escucha en el adolescente. De este modo el adolescente que, por un lado es capaz de hacerse escuchar, también es capaz de escuchar a los demás. La dinámica de trabajo que se desarrolló en el Taller fue a partir de la disciplina reflejada en la respuesta hacia las indicaciones y la concentración durante el trabajo grupal e individual, a su vez se propició un ambiente de empatía y diálogo con la profesora. En este diagrama se muestra el proceso explicado:



Para evaluar este proceso, primero se realizó la revisión de la relación entre dinámica de trabajo y capacidad de escucha en base a los resultados de las matrices de variables e indicadores donde se registró el crecimiento por clase de cada alumno (Ver anexo 3: Matriz de variables e indicadores). En este acápite se desarrollará el análisis de dichos resultados sumados a los apuntes hechos por la profesora a lo largo del proceso, dividiendo los avances en tres etapas, equivalentes a los meses de trabajo.

6.3.3.1. Primera etapa: Mes 1 – (clases 1 – 8)

- **Asimilar indicaciones:**

Al hablar de asimilación de indicaciones, se hizo referencia a qué tan prestos y constantes eran los y las participantes ante dos tipos de indicaciones: Las referentes a los ejercicios vocales, ya sea grupales o individuales, por ejemplo, relajar la mandíbula en las vocales; y las referentes a necesidades de la clase como hacer filas, círculos o tomar asiento. Al tener el tiempo exacto para desarrollar bien cada parte de la clase, fue necesario que cada alumno y alumna sea capaz de realizar lo indicado sin generar mayor dificultad.

Para medir el primer tipo de indicación, se tomó en cuenta 3 valores distintos: Entiende y realiza lo que se indica, no entiende fácilmente y entiende pero no quiere realizarlo. La forma en que se sabía que escuchaban y entendían las indicaciones para los ejercicios era primero si estaban mirando atentos y segundo, si realizaban bien el ejercicio. Cada vez que no realizaban bien un ejercicio o lo repetían del mismo modo a pesar de indicarle lo contrario, contaba como una indicación que era difícil asimilar.

Durante las primeras clases, el trabajo fue completamente grupal y les era bastante sencillo seguir los ejercicios; en los casos que no podían realizar un ejercicio, se tomaba una pausa para hacer una demostración del modo correcto e incorrecto de ejecutarlo. Seguidamente, los alumnos eran bastante capaces de realizar el ejercicio con mayor eficacia. A partir de la sesión n° 6 se empezó el trabajo individual para desarrollar técnica con la canción “En marcha estoy”, ninguno tuvo dificultades para entender y seguir los ejercicios.

Para el segundo tipo de indicación se midió la prontitud de la actividad a realizarse: Lo realiza al instante, lo realiza después de un momento o no quiere realizarlo. Para hacer el círculo no demoraban, pero para mirar al frente sí, especialmente cuando no sabían en qué sitio colocarse, muchas veces se les tuvo que indicar individualmente cómo

colocarse para poder ver sus rostros al cantar. Luego de un par de clases, la prontitud para realizar las indicaciones fue mejorando.

- **Concentración:**

La concentración en este Taller era necesaria para aprender de dos maneras: Realizando la técnica en el trabajo grupal e individual y escuchando a los compañeros en su práctica individual. En ambos casos se usó el valor atento o distraído.

El grupo ha tenido la tendencia a estar atento en los ejercicios grupales, sin embargo, sus miradas variantes que se analizaron en la expresión corporal, demostraron que al inicio les costaba tener todo su enfoque en realizar bien el ejercicio. Muchas veces realizaban los ejercicios por inercia. Felizmente, eso fue cambiando con el tiempo. En el caso particular de Lía, mientras iban avanzando las sesiones, se la veía cada vez más concentrada y siempre se colocaba en primera fila, lo cual la ayudó a seguir bien los ejercicios y mostrar mejoras muy pronto.

A partir de la sesión n° 6, se inició el trabajo individual y fue la primera vez que todos estuvieron sentados escuchando a sus compañeros. Funcionó bastante bien. No hubo mayores distracciones al inicio, pero en algunas ocasiones, entre Sami y Cristal hacían conversaciones, que a pesar de ser en volumen bajo, distraían a sus compañeras cercanas, y en una ocasión que fue muy evidente que estaban jugando y distrayendo, se tuvo que interrumpir al alumno Aldo, que en ese momento estaba haciendo ejercicios individuales, para llamar la atención a las alumnas. La forma de corrección fue concientizarlas sobre el respeto que le deben dar a los compañeros que salen al frente, ya que todos pasarían por esa experiencia. Esta corrección se repitió en una nueva ocasión, pero con distintos alumnos, siendo Aldo y Rolo los causantes de distracción mientras cantaba su compañera Mica. Esas dos ocasiones fueron las únicas llamadas de atención resaltantes en esta etapa.

- **Trato con la profesora:**

El trato con la profesora procuró generar un ambiente de respeto, diálogo y conversación para conocer bien a cada participante. Para lograr esto, la forma de abordar el rol de profesora implicó una actitud de bastante escucha a lo que los y las participantes tenían que decir. La forma de enseñar fue disciplinada pero amigable, procurando generar confianza. Desde el inicio los alumnos y alumnas fueron bien respetuosos, pero muy reservados. En el transcurso de las sesiones la confianza fue incrementando y se acercaban con más seguridad a hacer preguntas después de clase o durante clase.

6.3.3.2. Segunda etapa: mes 2 – (clases 9 - 16)

- **Indicaciones:**

En esta etapa, incrementó el trabajo individual y con él, las indicaciones en los ejercicios se hacían más elaboradas, dependiendo de la dificultad de este. La mayoría era capaz de comprender los ejercicios y ejecutarlos con la correcta guía. La única alumna que mostró algunas dificultades fue Sami, ya que al darle la indicación, ella volvía a realizar el ejercicio varias veces seguidas sin un proceso previo de preparación, como intentando al azar, por lo que se la debía detener un rato y buscar una nueva forma para que pueda realizar el ejercicio con éxito.

En las indicaciones para hacer círculos y filas, demoraron menos tiempo, sin embargo hay algunos alumnos que esperaban un rato antes de realizar la indicación, entre ellos Sami, Mandy y Aldo. Las primeras solían ser Lía y Nina.

- **Concentración:**

Nuevamente hubo momentos de llamada de atención. En una oportunidad fue cuando cantaba Lía y en otra, cuando cantaba Tina. En ambos casos, se evidenciaba que se escuchaban los murmullos, por lo que se pidió atención y respeto a la compañera que

estaba cantando. Lo mismo pasó una vez más cuando salió Aldo a cantar y Sami nuevamente era la causante del murmullo. La estrategia en ese caso fue distinta, se hizo el comentario: “Lo escucho todo, lo veo todo”, las alumnas rieron y luego de eso no volvieron a interrumpir. Eventualmente, los alumnos fueron interiorizando esto y aplicándolo, hasta encontrar los beneficios de escuchar a sus compañeros, no sólo por lo lindo que podrían cantar, sino que escuchándolos también aprendían sobre la técnica. Ese momento sumado a los comentarios de la profesora eran clave para que ellos absorbieran toda la información y luego ellos mismos puedan comentar con términos técnicos lo que sus compañeros están realizando.

En una sesión que Tina cantó su canción individual, al terminarla, instantáneamente, todos aplaudieron. Todos estaban sorprendidos y esos aplausos no fueron ni esperados ni incentivados por la profesora. Nació de ellos hacerlo, eso fue prueba de que ya estaban con todos sus sentidos escuchando y que la interpretación de Tina pudo expresar mucha honestidad al punto de llegar a conectar con sus compañeros.

- **Trato con la profesora:**

El trato con la profesora empezó a ser más cercano. Siempre se mantuvo el respeto, pero el nivel de conversación y diálogo se incrementó, en especial con las alumnas Mandy, Sami, Lía y Mica, quienes hacían preguntas o comentaban durante los ejercicios, en algunos casos también se acercaban al final de la clase a hacer comentarios personales. Los demás alumnos, si bien no buscaban tantos momentos de conversación, igual tenían la confianza para hacerlo cuando lo necesitaban. En estos momentos de conversación y diálogo, se prestó mucha atención a sus necesidades para lograr darles una respuesta adecuada a sus dudas o comentarios. A veces los comentarios eran expresiones de alegría, y de manera empática, se compartía esa alegría para luego animarlos a seguir perseverando en su práctica.

Por otro lado, también se incentivó a los y las participantes a mostrar compromiso en el Taller. Al haber faltas recurrentes, se les recordó que su participación era voluntaria y que si en algún momento tenían problemas para asistir o no se sentían cómodos, no se

verían perjudicados por dejar el Taller, pero que si decidían quedarse, debían estar presentes físicamente y mentalmente. Esta forma de trabajo hizo que se genere una energía colectiva positiva, donde todos se mostraban cómodos, libres de expresarse y, al mismo tiempo, conscientes de que el compromiso en el Taller era su decisión y responsabilidad.

6.3.3.3. Tercera etapa: mes 3 – (Clases 17 – 24)

- **Indicaciones:**

En esta etapa, el trabajo se volvió más intenso y meticuloso, pero los chicos ya estaban acostumbrados al ritmo de trabajo y, sobre todo las chicas, realizaban todos los ejercicios sin problema. En el momento del trabajo individual, quienes tuvieron un poco más de dificultades en el proceso fueron Aldo y Rolo. Para ellos, conocer sus voces fue un poco más complicado, sobre todo porque se encuentran en una etapa donde sus voces están en constante cambio y aún no están maduras. Por eso se tuvo bastante cuidado en guiarlos, sin embargo sólo hubo una ocasión en que Rolo mostró algo de indiferencia o pocas ganas de realizar los ejercicios, no era algo recurrente en él, ya que en varias ocasiones había mostrado iniciativa, pero, como se explicó en el apartado de “ensayo-error” de la tercera etapa, sus logros eran aislados: Tenía días buenos y días no tan buenos, el día que no quiso realizar bien los ejercicios no fue un buen día para su voz.

Una de las indicaciones que varios alumnos olvidaban constantemente era referente a la vocalización. Sobre todo para Aldo, a quien siempre se le había corregido su forma de vocalizar y en esta etapa se esperaba que lo hiciera parte de su forma de cantar, seguía siendo una corrección en cada momento individual. Aldo era muy capaz de realizar bien las vocales, pero retenía esa indicación por unos momentos y luego se le olvidaba. Por esto, se utilizó un espejo para que practique frente a él, observe sus vocales y sienta qué músculos se involucran en esa vocalización.

En cuanto a las indicaciones para hacer círculos o líneas, en una oportunidad se les indicó hacer círculo y que ellos mismos guíen el calentamiento de cuerpo mientras la

profesora hacía un trámite. Luego, gracias al registro de video, se vio la intervención de cada uno, que fue la siguiente: Lía comenzó diciendo “vamos a calentar”, Sami, entusiasmada, dijo que sí, pero con música, y buscó su celular para poner alguna canción. Mientras tanto, Aldo, a modo de broma, se puso a saltar haciendo polichinelas. A medida que iban terminando de llegar los compañeros que estaban tarde, Lía volvió a decir “vamos a calentar” y decidida empezó a indicar para hacer los ejercicios de respiración. En ningún momento se rompió el círculo y, a pesar de que algunos estaban algo distraídos, sabían que tenían que calentar porque eso fue lo que se les pidió. Luego de que Lía empezara a guiar, Tina la ayudó a continuar con las respiraciones y los demás compañeros lo realizaban. Las únicas riéndose mientras calentaban eran Sami y Mica, los demás sí pusieron un poco más de su parte.

- **Concentración:**

En esta etapa, los ejercicios grupales de técnica eran menos, mientras que la práctica de canciones grupales y técnica individual aumentó. En el caso de la canción “No me rendiré”, se incluyeron algunas armonías. En cada canción grupal siempre mostraron mucha más atención que en otros momentos, y en esta canción en particular, la atención que se necesitaba era mayor porque necesitaban escuchar bien las diferentes voces que se iban a realizar y no acoplarse a las que no les correspondía. Lo que sucedió un par de veces es que, en lugar de escuchar la forma correcta de hacer la armonía, todos intentaban realizar el ejercicio por su cuenta, al mismo tiempo y no lo hacían bien. A pesar de sus buenas intenciones, lo único que lograban era confusión entre ellos, por eso se tuvo que ordenar la práctica para que todos tengan clara la voz que les tocaba hacer. Asimismo, el trabajo con la canción “True colors” fue un reto para ellos en el idioma y el fraseo. La sorpresa fue que eso los mantuvo más atentos, la dificultad los animó a perfeccionar la canción. El proceso en esta canción fue un poco más lento, pues era una balada que nunca habían escuchado y se tuvo que guiar paso a paso la pronunciación, que al final tuvo un buen resultado.

La dificultad en esta etapa fue que los alumnos se habían integrado tanto que, en cada momento que podían, empezaban a reír o jugar, se soltaban bastante; entonces, se tuvo

que trabajar con esa nueva realidad grupal. No estaba mal que se rieran y divirtieran, por eso en este mes se buscó encontrar un balance entre la diversión y la disciplina. En una de las oportunidades que estaban muy bulliciosos, la estrategia de disciplina fue decirles “esperaré el silencio”, hasta que eventualmente todos guardaban silencio y se paraban en posición de trabajo, con el centro de fuerza más activo. En dicho momento, teniendo su escucha total, se retomaba la práctica.

Por último, como se explicó en la etapa anterior, la concentración mientras los compañeros cantan fue importante para poder aprender de ellos, sus victorias y sus errores. En esta etapa, los alumnos ya tenían la capacidad de comentar con términos técnicos, y eso se empezó a hacer. Quienes más comentaban eran Mica, Lía, Mandy y Sami.

- **Trato con profesora:**

Cuando todos ya habían mostrado confianza hacia la profesora, se llevaron los momentos de comentarios personales a momentos dentro de la clase, como un compartir grupal donde cada participante pudo expresar su sentir con respecto al Taller.

Algunos de los comentarios fueron estos: “Es divertido”, “tengo más confianza con mi voz”, “Conocí amigos”. En otras oportunidades se preguntaba lo que se había aprendido en el día. Las respuestas fueron muy entusiastas: “¡Que sí se puede!”, “Que con práctica puedes llegar a relajar tu voz”. Y frente a la pregunta “¿Qué debo hacer para estar bien afinado?”, las respuestas se dieron a modo veloz: “vocalizar”, “abrir bien la boca”, dijo Aldo, que al parecer ya había comprendido la importancia de vocalizar; y seguían, “respiración”, “proyectar la voz”, a lo cual se les repreguntó cómo se proyectaba y respondieron todos “imaginando un punto”, “lejos”; continuó Aldo con “cantar con sentimiento”, y se les volvió a preguntar, haciendo el sonido de referencia, dónde se resuena, Mica respondió señalando sus senos paranasales. Este tipo de examen veloz fue muy eficaz para ver la cantidad de información que habían retenido y además se divertían haciéndolo, porque parecía un concurso de quién responde más rápido. Al finalizar esta etapa, los alumnos habían comprendido qué elementos estaban

involucrados en la producción de sonido al cantar y se sentían en confianza de compartir sus conocimientos con la profesora, compañeros y compañeras.

Por otro lado, además de estas dinámicas de conversación, debido a la confianza que ya había con todo el grupo, cuando había algún momento de distracción, dependiendo del motivo, se compartía ese momento de juego junto con la profesora e inmediatamente después se volvía el enfoque al tema de la clase. Esto incrementó la confianza y empatía, además que acercó más a los alumnos y alumnas a entender que está bien divertirse y jugar un rato, siempre y cuando sean capaces de volver a enfocarse y no quedarse en la distracción.

6.4. Presentación de repertorio

La experiencia del Taller finalizó con una presentación el día 19 de diciembre de 2017. En las siguientes líneas se mostrará el resultado de los alumnos del turno de la mañana.

Mica

La alumna Mica fue una de las alumnas que no pasó la audición, pero por su perseverancia entró al Taller en la tercera clase. Llegó con más dificultades para desarrollar la técnica vocal, corporalmente tenía bastante energía y era muy expresiva, sobre todo con los brazos, aunque esta energía era algo desordenada y solía divagar con la mirada.

El día de la presentación final cantó una canción de una película de Disney, y en ella destacó el mejor control de su energía y enfoque en la mirada, se notó su compromiso con la canción. En su técnica lo que tuvo una gran mejora fue la vocalización con una mandíbula relajada y natural, aunque en momentos una forma más redonda la hubiera ayudado a resonar mejor, en general lo hizo bastante bien. El registro en que ella se desenvolvía más cómoda fue la voz de cabeza, y en su canción la usó bastante, sin embargo, tuvo varios momentos de desafinación en que su voz subía de tono más de lo necesario, lo cual indica que aún falta fortalecer sus cuerdas vocales. A pesar de esto, en ningún momento paró de cantar e hizo una interpretación bastante dulce.

Mandy

La alumna Mandy estuvo desde el primer día en el Taller. En ella, la voz de pecho salía natural, mientras que su voz de cabeza era muy débil. Su forma de cantar era con una vocalización muy cerrada, y cuando abría más, usualmente lo hacía hacia los costados como una sonrisa, por lo que en ella hubo que insistir en relajar la mandíbula hacia abajo y no tener miedo a abrir la boca. Su energía al cantar era muy débil, temerosa, y su mirada lo reflejaba, ya que le era muy difícil mirar a un solo punto. Cada vez que cantaba y algo le salía mal empezaba a reírse y mecer su cuerpo.

El día de la presentación lo que destacó en ella fue su valor al pararse frente al público, ya que era su primera vez cantando ella sola y estaba bastante nerviosa. Para ella se eligió una balada pop en español. Cuando empezó a cantar, su mirada se iba por todos lados, menos hacia donde tenía que proyectar el sonido. Se la tuvo que ayudar desde el fondo del auditorio haciendo señas para que enfoque su mirada en un solo punto, lo cual en realidad ayudó y a partir de ahí se la notó más segura. En cuanto a su técnica vocal, se notó cómoda en la voz de pecho; su voz de cabeza aún sigue siendo un reto para ella; en su resonancia, todavía necesita dejar entrar el aire a la cavidad nasal, ya que suele hacer sonidos nasales confundiendo la resonancia en la cavidad nasal con un sonido nasal. Esto último es lo que hizo que no se sienta completamente afinada y hay que seguir trabajando para que libere su voz por completo. Mandy tiene una energía muy agradable, en esta oportunidad, por los nervios, no se pudo apreciar por completo la interpretación que había mostrado en clase en los ensayos.

Rolo

Rolo llegó en la quinta clase. Con buenas habilidades para el canto, pero un poco flojo en la práctica. Su principal problemática era la tensión en los hombros y cuello, que incluso cuando reía parecía que lo hacía con todo y hombros. Por esto, cuando trabajaba su voz *falsetto* tenía una tendencia a tensar y reírse en lugar de relajar. Cuando no estaba riendo, solía mostrar una energía algo baja y con timidez para realizar los sonidos. En el proceso, tuvo grandes momentos de mejora, pero no fue muy constante. Él eligió una canción en estilo pop en español y se empezó a trabajar poco a poco, pero por las dificultades en el registro que implicaba esta, se bajó de tonalidad. Esto luego fue

problemático para Rolo, ya que se confundía al momento de cantar y el día de la presentación no pudo mostrar el verdadero potencial de su voz. Su momento en el escenario estuvo acompañado de una energía baja y se notaba que estaba incómodo, en varios momentos le faltó el aire, pero a pesar de eso fue capaz de terminar con una sonrisa.

Aldo

El alumno Aldo estuvo desde el primer día y fue uno de los alumnos más constantes en su práctica. Siempre que tenía oportunidad, se ofrecía de voluntario para practicar su canción y fue quien mejoró más durante la primera etapa del Taller. La voz de pecho era naturalmente fácil para él, aunque con algunas desafinaciones y por momentos medio floja. Por otro lado, aún no había descubierto su voz de cabeza. Su energía al cantar era débil, pero al mejorar su respiración y energía, su voz obtuvo más presencia.

Para el día de la presentación final, él ya había descubierto y desarrollado su voz de cabeza, mientras que su voz de pecho estaba mucho más fuerte, por lo que fue bien sencillo para él desarrollar la voz mixta con fuerza de pecho sin tensar la garganta. En su canción, que era una balada en español, se necesitaba esa mezcla en varios momentos y lo hizo con mucho éxito, resonó en el lugar adecuado, dio los matices adecuados a la canción, lo que le queda por mejorar es el control de su laringe baja, que en algunos momentos le pudo ayudar para dar más profundidad a su voz. En el nivel interpretativo, como ya tenía la técnica más afianzada, entrar en conexión con la canción fue bastante sencillo para él. A comparación de la energía débil de la primera clase, en su presentación se apreció su energía fuerte y firme, con la mirada fija e intención en cada palabra, e incluso fue el único que se dio más libertad corporal moviéndose un poco por el escenario y en general tenía más control de su cuerpo. Fue una presentación bastante buena.

Nina

Nina estuvo desde la primera clase y mostró bastante facilidad para realizar tranquilamente su voz de pecho y de cabeza. En su resonancia predominó su facilidad para hacer la laringe neutra y vocalizar con la mandíbula relajada. En el transcurso del

Taller mostró su potencial en voz de cabeza, por lo que hacer la voz mixta no le fue difícil. Para Nina se escogió una canción en inglés de estilo jazz, ya que su voz daba para poder realizarla. El día de la presentación mostró su potencia en voz de pecho y flexibilidad de su voz de cabeza. Realizó bien su voz mixta, pero anteriormente lo había hecho mejor, por lo que, al parecer, los nervios evitaron que pudiera dar todo su potencial. Esto se notó sobre todo porque le empezó a faltar energía y aire en momentos donde usualmente no le faltaba. Debido a esto, su interpretación bajó un poco, por lo demás, hizo un buen trabajo.

Lía

Lía estuvo en el Taller desde el primer día. Mostró cualidades muy buenas para una voz de pecho fuerte, mientras que su voz de cabeza salía débil. Tenía una voz poderosa en laringe neutra, pero faltaba que aprendiera a controlarla y matizarla, además, su vocalización era muy chiquita y había que desarrollar en ella una mejor laringe baja para dar más profundidad a su voz. Corporalmente tenía una energía apropiada, pero al momento de cantar sola empezaba a hacer movimientos con su rodilla como tambaleándose y su mirada solía perderse en distintos puntos.

El día de la presentación interpretó una canción de un musical en inglés, la cual requería una voz mixta bastante desarrollada, que en realidad ella era muy capaz de hacer. Al momento de saludar al público se la notó nerviosa, pero mientras empezaba a cantar fue controlándolo. Por un lado, su resonancia aún necesita perfeccionarse, ya que en esta oportunidad los nervios hicieron que le falte aire en momentos importantes, y sin la energía necesaria que brinda el apoyo del aire, fue difícil resonar correctamente en todo momento, llevando un poco de tensión a la garganta. En esos momentos se veía que perdía un poco el control de su cuerpo. Esto parece haber sucedido, además de los nervios, por el uso del micrófono en la mano, que hizo que juntara mucho sus codos al frente de ella y no pudiera expandir sus costillas de la forma necesaria para tener el aire controlado. Por otro lado, su voz de pecho estuvo bien controlada y su voz mixta, a pesar de necesitar un poco más de flexibilidad, fue realizada con mucha actitud. Una de las mejoras más notables en ella fue su trabajo con las vocales. Estas fueron bastante redondas cuando necesitaban serlo y más grandes cuando necesitaban énfasis. Además,

controló bastante el movimiento de sus rodillas, y su mirada estuvo muy enfocada y comprometida con la canción, logrando una buena presentación que demostró la gran voz que posee.

Tina

La alumna Tina se integró al Taller en la tercera clase, mostrando una postura completamente encogida, su voz bien suave y energía baja. Técnicamente, fue afinada en todo momento, pero su proyección era bajísima y le costaba hacer la voz de pecho con la energía apropiada. El día de la muestra final interpretó una canción de un musical en su versión en español. Lo que más resaltó fue su postura erguida, con un centro de energía más desarrollado y el volumen de su voz resonado en el área correcta, lo que hacía que se sintiera presente, a comparación de la voz susurrada que hacía antes. En su canción se pudo lucir su hermosa voz de cabeza y la fuerza que adquirió en su voz de pecho. No tuvo ningún momento de tensión en la garganta, su vocalización estaba correcta, lo único que le queda en mejorar es el control de la laringe para que se acomode mejor según las necesidades de la canción y confiar cada vez más en sí misma y en lo bien que canta.

Tuvo un pequeño momento de duda con la letra y cerró los ojos para conectarse más con la canción, lo cual la ayudó bastante, ya que al abrir los ojos nuevamente, se notó en ella un enfoque mayor. Lo que resaltó en su interpretación fue la dulzura y la verdad con la que cantó.

Sami y Cristal

Sami y Cristal, por sus ausencias en el Taller no pudieron practicar el dueto que se les había asignado, por lo que sólo participaron en las canciones grupales, que fueron tres. Debido a esto, sólo pudo evaluarse en ellas la expresividad en dichas canciones. Ambas estuvieron bastante cómodas y alegres. Sami, que siempre ha sido más movida, en esta ocasión se mostró bien concentrada, enfocando su energía corporal a unirse con el grupo. Cristal, al igual que Sami, estaba bastante conectada con el grupo y se notaba tan alegre que transmitía ganas de moverse y bailar más.

6.5. ¿Qué piensan ellos?

Luego de la experiencia en el Taller y la muestra final, se realizaron entrevistas a profundidad a cada participante. Estas entrevistas tuvieron lugar a fines de diciembre de 2017 y su objetivo principal fue conocer las percepciones de los y las participantes sobre los cambios que habían surgido en las áreas de expresión oral y capacidad de escucha.

6.5.1. Sobre lo que aprendieron y su forma de expresarse:

Al inicio te considerabas, introvertido/a o extrovertido/a. ¿Crees que eso ha cambiado en algo?

Extrovertidos:

En el grupo, hubo cinco participantes que se consideraban extrovertidos, Mica, Nina, Sami, Mandy y Aldo. De las alumnas, las que eran visiblemente más extrovertidas fueron Mica y Sami, ambas llenas de energía, desde que entraron al grupo, sumaron alegría, un poco de desorden, pero la energía más neutral de sus compañeras y compañeros hizo que el grupo se mantuviera bien nivelado entre momentos de risas y de seriedad.

Tanto en Mica como en Sami hubo cambios positivos a lo largo del Taller, y ambas pudieron expresarlo: En el caso de Mica, algo que la caracteriza es que le gusta hacer chistes para que sus amigas y amigos rían con ella, lo cual se notó desde su primer día en el grupo. Ella mencionó que, gracias al Taller, ahora se siente capaz de hacer chistes no sólo con sus amigas de toda la vida, sino que también con nuevas personas y de este modo mostrarse como realmente es. La alumna se mostró contenta porque esto ha hecho que le sea más fácil socializar con gente que recién está conociendo. Por otro lado, Sami reconoció muy alegremente que es extrovertida y que le gusta reír mucho, además agregó que con el Taller ha podido liberarse incluso más y tener confianza. A pesar de ser extrovertida, al igual que con otros alumnos, los nervios eran capaces de frenarla frente a un público, pero ahora siente que puede cantar con varias personas

escuchándola, “(...) ya no sólo para mí, sino a un público que sí quiero expresar lo que siento con la canción que voy a cantar”.

Sami siempre mostraba mucho entusiasmo e incluso solía exagerar sus emociones cuando algo le salía muy bien o no le salía. Por esto, se le preguntó cómo se relacionaba ahora en otros aspectos fuera del Taller, si seguía siendo igual su forma de expresarse, se había incrementado o se había regulado. A esto, la alumna respondió que siente que se ha regulado, que ya no es como antes y que es un cambio bueno tanto para ella como para los demás. Debido a que su entrevista fue junto a su hermana Cristal, se pudo corroborar esto con ella. Cristal dijo que Sami antes se ponía más nerviosa cuando iba a hacer un trabajo, a lo cual Sami respondió diciendo que a veces llegaba desesperada a casa y empezaba a gritar, o llorar, agregó su hermana, “(...) porque era mucho estrés, pero ahora se ha regulado un poco. Cuando está en esos momentos ya no está en ese modo que estaba antes, ahora es diferente, un poquito más calmada”. Esto permitió apreciar que, en parte, el Taller la ha ayudado a controlar sus emociones, dando beneficios para su vida escolar.

Los siguientes alumnos, se consideraron extrovertidos en la encuesta inicial, sin embargo mostraron una actitud tímida en los inicios del Taller.

En el caso de Nina, no pudo mostrarse extrovertida desde el inicio ya que siempre estaba unida a una amiga suya con la que había ingresado al Taller, y del mismo modo, se podía ver algunos sub grupos de dos o tres personas, que no llegaban a ser tan marcados como Nina y su amiga, pero existían. En la entrevista, Nina pudo compartir su percepción sobre su actitud en el Taller: “Cuando entré al Taller, yo entré con mi compañera y pensé que podría soltarme un poco pero sentía que entre todas las compañeras del Taller, cada una se cerraba en su propio grupo, entonces yo me empecé a cerrar con mi compañera, y cuando ella se fue, empecé a soltarme más con el resto de mis compañeras, Tina, Sami, Cristal, me hice su amiga, y también con las de la tarde, el mismo día del repertorio me pude hacer su amiga”. Nina comentó muy alegre sobre el grupo de la tarde, que en tan sólo dos ensayos y en el día de la presentación final pudo llegar a vincularse muy bien.

Mandy, al igual que Nina, no se relacionaba mucho con sus demás compañeras, la diferencia es que ella no tenía ninguna amistad cercana en la clase y ella misma descubrió en el Taller, que se encuentra en un proceso donde aún está aprendiendo a relacionarse con los demás. Usualmente, comentó, era ella la que siempre se acercaba a saludar y hacer amigos, pero con los compañeros y compañeras del Taller se sentía tímida. Esto hizo que no esté segura de cómo definirse, y tampoco es necesario definir a todos los estudiantes, pero sí ver cuál es su tendencia; Mandy cree que tiende a ser extrovertida porque busca ayudar a los demás o hacer algún chiste. Estos chistes, dice, antes eran pesados o molestosos para sus compañeros, por lo que ahora ha cambiado su forma de expresarse, siendo más respetuosa. Además, siente que el Taller la ha ayudado a saber relacionarse mejor con sus compañeros por el vínculo de confianza que desarrolló con el grupo poco a poco, especialmente con Rolo y Aldo.

Por último, Aldo en su encuesta se consideró extrovertido y sociable, y en el momento de la entrevista dijo que no sentía ningún cambio en esa área, que seguía siendo el mismo. A partir del Taller y lo que se ha descrito previamente, se sabe que Aldo no era muy expresivo todo el tiempo, que se aislaba de sus compañeras y sólo cuando se unió su amigo Rolo al grupo, empezó a soltarse más. Desde el principio, se notó en Aldo la motivación por aprender la técnica y su concentración era difícil de romper, salvo algunas excepciones. Por lo visto en su comportamiento no podría considerarse una persona extrovertida al nivel de Sami o Mica, que llegaban a desconcentrarse, sino que mostró ser sociable con soltura medida y madurez, eventuales chistes al grupo, y siempre con compromiso a los ejercicios.

Introversos:

En el grupo de alumnos que se consideraron introvertidos sólo estuvieron Cristal y Rolo. Por su parte, Cristal, admitió sonriendo que el Taller la había ayudado: “Antes tenía miedo de ir a, o sea estar en público y cantar frente a una persona, y he perdido esos nervios, porque antes como que eran más intensos y ahora se han regulado un poco, es como que me ponía nerviosa al toque, me comenzaba a... sentía como si estuviera sudando, como que las manos... me quemaba la cabeza, y eso se ha regulado

un poco en el Taller, y también en el sentido de más confianza con usted y con mis compañeros”.

Asimismo, Rolo expresó sentir más confianza y que le es más fácil conversar con personas nuevas. Antes prefería alejarse porque se sentía, a veces, menos que las otras personas, pero eso ha cambiado: “(...) Ahora pienso que soy normal. Todos somos iguales, todos somos parecidos, nadie tiene más nivel”. Qué importante hacer sentir a un adolescente como una persona valiosa, que tiene derecho a decir su opinión y sentirse parte de un grupo. Rolo agregó que el mayor cambio en él ha sido el no aislarse de las personas, en su lugar trata de integrarse en un grupo y buscar la oportunidad para conversar sobre algún tema, no sólo en el Taller sino también en su salón de clases o con otros salones del colegio.

Un poco de ambos:

Las alumnas Tina y Lía consideraron ser extrovertidas con sus amigas o personas de su agrado, mientras que con personas que no conocen, no. Lía, por su parte, sintió un pequeño cambio porque, a pesar de no conocer a todos en el Taller, eventualmente se empezó a llevar bien con todos y se sentía cómoda.

Cuando se le preguntó a Tina si su forma de ser había cambiado, respondió que gracias a la experiencia en el Taller se puede expresar mucho mejor. Se ha vuelto un poco más extrovertida con sus amigas y también con personas que no conoce. Para dar un ejemplo concreto sobre esto, contó una experiencia que tuvo con las amigas de su mamá: “Cuando iba a casa de amigas de mi mamá, siempre me decían que era muy calladita, que siempre paraba ahí solita, porque mi mamá a veces me llevaba, y ahora me dicen ‘Ah tu hija ahora está, como que, así, un poco más social’”. Expresó que en ella ha habido muchos cambios, que es más expresiva, que ha mejorado su voz gracias a la técnica, y que tiene más confianza en el potencial de su voz. Tina siempre mostró un volumen bajo en su voz, mucha timidez, pero durante la entrevista estaba hablando alegre y como último comentario en esta pregunta, expresó sentirse feliz porque ya era capaz de expresarse mejor y eso la hacía sentir más suelta, más libre.

¿Cómo es la relación con tus compañeros de colegio y con tu familia? ¿Hay alguna diferencia antes y después del Taller?

Con esta pregunta se buscó saber si su forma de relacionarse en un grupo había tenido algún cambio, entendiendo grupo como grupo de pares de su edad externos al Taller, y también su familia, con quienes además conviven todos los días.

Lía indicó que la relación con sus compañeros de aula en el colegio continúa siendo igual, pero con su familia sí ha variado, se comunica más con sus papás, primos y tíos, habla más abiertamente y no se pone nerviosa de decir lo que piensa como lo hacía antes. El modo en que el Taller la ha ayudado es por la confianza de cantar frente a otras personas: “Al cantar frente a otras personas, ya no me sentía tan nerviosa y tenía más confianza en mí misma”, la alumna además agregó que esa confianza la pudo desarrollar también al hablar y poder relacionarse con los demás sin tener tantos nervios.

Mica mencionó que se lleva muy bien con sus compañeras de salón que además están en el Taller, pero que siempre hay personas en el salón de su grado con las que prefiere no relacionarse, sin embargo mantiene una comunicación cordial con ellos. Mica agregó que durante el Taller, la profesora de Arte les pedía en sus horarios que canten algunas canciones para su clase y otras clases también, entonces la última semana estuvieron cantando por casi todos los cursos. Ella se sentía muy cómoda con sus amigas del Taller y sus compañeros de los distintos cursos empezaron a comprenderlas más.

Con respecto a su familia, Mica indicó que ellos no sabían que ella sabía cantar. La misma alumna no sabía que disfrutaba tanto cantar, comentó con una gran sonrisa. Al inicio cantaba para ella misma, ya que tenía educación en música con el piano como instrumento principal y eso era lo único de música que su familia pensaba que ella era capaz de hacer. Esto revela la falta de comunicación que suele suceder entre los adolescentes y su familia. Gracias a esta experiencia, su familia pudo conocer a Mica un poco más.

Tina sintió mejoras en la relación con sus compañeros de aula, pero lo que más destacó fue su rendimiento académico, ya que subió su nota de comunicación expresiva en el curso de Comunicación. Antes, Tina era muy diferente: “Antes yo era como un poco callada con la mayoría de los alumnos y siempre estaba al final del salón porque no me gustaba mucho decir mi opinión, pero ahora sí me interesa mi opinión y creo que sí vale la pena decirlo”. Esta nueva actitud en ella hizo que participe más en clase, mejorando su desempeño escolar.

Al hablar de su familia, Tina reveló que casi no hay nadie en su casa, y que sus papás llegan a partir de las ocho de la noche. Por esto, la comunicación entre ellos era muy escasa, pero gracias a su nueva capacidad de poder expresarse, su confianza también se ha incrementado y puede tener mejor calidad de comunicación. En este caso, nuevamente, su familia no sabía que podía cantar y sus papás han podido conocer más de ella gracias a esta experiencia.

Cristal mencionó que su relación con los compañeros del Taller de canto llegó a ser muy buena, que al inicio le costó integrarse, pero luego se fue soltando hasta estar muy cómoda con el grupo, sin embargo, también expresó que la relación con sus compañeros de aula, en sus clases escolares, no ha cambiado. Sami, por su parte, comentó lo mismo con respecto a sus compañeros escolares. Ambas, al ser hermanas, mantienen una buena comunicación con su familia, y en especial la comunicación con su mamá ha incrementado. Su familia estuvo muy contenta con el trabajo de ambas en el Taller, sienten que pudieron brillar y vencer sus miedos de estar en un escenario.

Nina comentó que no siente grandes cambios en su forma de relacionarse con sus compañeras de clase, pero que sí ha incrementado su confianza. Con respecto a su familia, la alumna mencionó que comunicarse es difícil porque todos tienen distintas responsabilidades y compromisos, pero que los domingos después de la cena suelen conversar sobre las cosas que pueden mejorar como familia. A partir del Taller, Nina ha reforzado su relación con su papá y hermanos; usualmente no compartía mucho con ellos ya que no tenían mucha confianza, pero con motivo de las clases de canto han podido conversar sobre los logros que iba teniendo. El día de la presentación fueron

algunos de sus familiares y les encantó todo. No pudo asistir su papá porque estaba delicado de salud, pero le mostraron el video y se emocionó mucho. En general, la relación con su familia ha mejorado bastante y se siente más apoyada.

Mandy contó cómo, en su salón de clases, se ha ido alejando de varias personas, porque empezaron a hablar mal de ella. Ella expresaba que no tenía claro por qué sucedía eso, y a pesar de que intentó conversar con esas personas, algunos no quisieron continuar la amistad con ella. Esta situación la contó con bastante madurez, a pesar de que se notaba algo sensible. Luego comentó que este suceso la ha ayudado a aprender a solucionar y aclarar los problemas. Por otro lado, contaba que vive con su papá, tías y prima, pero prefiere estar en su cuarto leyendo un libro o escuchando música. Esto hizo que bastantes veces le digan que era anti social, a excepción de su papá con quien siempre ha mantenido comunicación constante. Lo que siente que ha mejorado en ella ha sido la forma de expresarse ante una persona mayor cuando esta le habla de valores, antes no les tomaba mucha importancia, a comparación de su actitud actual, en la que contesta adecuadamente.

Rolo explicó que había un grupo en específico con el que no se hablaba mucho, porque sentía que eran muy diferentes. Pero después buscó conversar con ellos y buscar cosas en común, como el fútbol. Con su familia, la relación siempre ha sido buena, transparente y con una comunicación constante con su papá y mamá. La forma en que el Taller le ha ayudado es dándole seguridad; él dice que le brindó más personalidad y autoestima, y así afirmó: “Sí puedo hablar con los demás, sí puedo estar ahí hablando, socializando. No tengo por qué sentirme menos, por qué sentirme más, tampoco”.

Por último, Aldo contó que la relación con sus amigos es normal, que se hablan a cada rato, y que en el caso de su familia, sólo habla con ellos si él inicia la conversación. También expresó que no le gusta cantar en frente de ellos, porque se siente incómodo, algo que no le sucede si el público es otro. Lamentablemente, ningún familiar fue a verlo a su presentación, por la lejanía de su casa. Esto para él fue normal, a pesar de que se notaba en él cierta falta de satisfacción, dijo que estaba acostumbrado a eso. Se le preguntó si le gustaría que su familia vaya a alguna presentación suya y afirmó que sí le

gustaría. Esto, nuevamente corrobora la importancia de la familia en la vida del adolescente. Aldo, a pesar de sentirse incómodo cuando su familia lo escucha cantar, tiene el deseo interior de que algún día lo vean en el escenario.

¿Cuál suele ser tu reacción cuando algo te sale mal? ¿Notas alguna diferencia ahora?

Como bien se sabe, al momento de cantar suceden los errores, los tan temidos gallos, los quiebres de la voz, la falta de aire, las desafinaciones, todo es un largo proceso en el que hay que aceptar el error, aprender él y volver a intentarlo. Esto también se desarrolla en otras áreas de la vida. Lo que se verá a continuación:

Lía toma los errores de un modo muy práctico: “Pienso que debería buscar una manera de hacerlo mejor. De volverlo a hacer y hacerlo mejor, y no volver a equivocarme en lo que me equivoqué antes”. Al momento de cantar su canción individual, sus mayores problemas fueron con la comprensión y pronunciación del idioma inglés, por lo que empezó a escucharla y usar el traductor para poder entenderla, pronunciarla mejor y transmitir los sentimientos mejor que antes. Definitivamente esto se notó en el resultado final, y durante las sesiones se notaba que trabajaba en su vocalización y cada vez que algo le salía mal era capaz de realizar las correcciones con mucho éxito. Mica, al igual que Lía, si se equivoca trata de salir adelante. Admitió que cuando le salen gallos primero se ríe y no le gusta su sonido, pero trata de ver cómo arreglarlo. Al inicio esto le costaba ya que sólo se reía y aceptaba que sonaba feo, pero no intentaba arreglarlo. Ahora siente que tiene más herramientas para mejorar.

Tina, por otro lado, habló sobre frustración, algo que le sucede cuando siente que estudió bien para un examen y luego obtiene baja nota; pero luego suele identificar sus equivocaciones para no cometerlas nuevamente. Además, contó que luego de un tiempo en el Taller, le ha sido más fácil ver sus errores con asertividad, anteriormente se quedaba triste un tiempo antes de poder ver sus errores. Al cantar le pasaba exactamente lo mismo, frustración, porque practicaba en su casa, en las clases, y una vez en el escenario, en el ensayo general, sintió toda su mente en blanco, como si estuviera

viendo una nueva letra, una nueva canción y su voz empezaba a salir más baja de lo normal, por lo que se juzgaba a ella misma y se desanimaba. Efectivamente, a Tina le costó mucho superar su temor, tanto en los primeros ensayos, cuando recién recibió la canción, como en el ensayo general en el escenario. Sin embargo, el último momento de duda la ayudó a enfocarse para no equivocarse, de modo que encontró la confianza en ella misma para dar como resultado una buena presentación.

Sami contó que, así como es muy alegre, también puede molestarse mucho cuando algo le sale mal, hasta llegar al punto de sentir que todo su mundo se malogra y es su culpa, además se empieza a desquitar con los demás, lo cual quiere cambiar. A ella le era muy difícil controlar esto; comentó que al cantar, si algo le salía mal o fallaba en varios intentos, se frustraba. A pesar de esto, expresó que ha logrado sentirse conforme de haberlo intentado y dar lo mejor de ella. Cristal comparte la misma actitud, no le gusta equivocarse, le genera molestia y responde mal a quien se le acerque cuando está en ese estado. Usualmente, comentaron ambas, estos momentos de frustración y molestia suceden con tareas escolares, porque una maqueta no fue bien realizada y el profesor pide rehacerla, o a un dibujo le falta algo y ambas sienten que su esfuerzo no es valorado.

Al momento de cantar y sentir que se estaba equivocando, Cristal se ponía muy nerviosa, lo que generaba estos pensamientos: “decía... *ya no, ya no, porque me va a salir un gallo, o te vas a equivocar de nuevo, ¿qué van a decir lo demás?*”. Se le preguntó a Cristal, qué era lo que la ayudaba a superar esos momentos de frustración, respondió que se sentía apoyada en clase por la manera de enseñanza: “Más que todo, porque nos alienta cada vez que cantamos o, cuando nos sale mal, nos dice que sigamos y era... como que yo al principio me bloqueaba, pero cuando lo decía, seguía haciéndolo, porque sabía que usted nos quería ayudar y que además de eso, quería nuestro bien y todo. Por eso es que nosotros seguíamos y tenemos mucha confianza a usted”. De igual modo, Sami agregó: “Su apoyo era para mí... me sostenía de ya no enfurecerme, de ya no frustrarme y seguir, porque como que con sus palabras, y por lo que nos enseñaba, me decía mucho para poder avanzar y no rendirme, y también de eso

aprendí que siempre me voy a frustrar o que si sale alguna parte mal, sé que lo puedo mejorar si me esfuerzo y confío en mí”.

Ante estas motivadoras declaraciones se les preguntó si el aprendizaje de cómo lidiar con la frustración o nervios, en el caso de Cristal, había además afectado otras áreas de su vida. A esto, Cristal respondió que antes al salir a exponer en su salón, se ponía muy nerviosa, pero que ahora se puede expresar normal y no tiene miedo a salir adelante a exponer. Mientras que Sami comentó que hay momentos en los que se bloquea su creatividad para hacer algunos trabajos del colegio, pero que a partir de lo aprendido en el Taller ahora busca nuevas formas de motivarse e inspirarse para poder continuar.

En el caso de Nina, contó que cuando algo le sale mal suele cerrarse y no compartir el problema con nadie, pero en el caso del canto tenía que enfrentar sus equivocaciones. Compartió que uno de los motivos para entrar al Taller era mostrarle a su papá que ella podía cantar y quería hacerlo bien, por eso cada error era bastante frustrante para ella y a la vez un motor para no rendirse y mostrar una buena presentación. Además, el apoyo de su familia hizo que nunca se rinda.

Mandy, como pasaba con Tina, compartió que al equivocarse ella se ponía triste, pero se motivaba con los mensajes positivos que le había dado su papá para siempre volver a intentarlo y no rendirse. Cuando empezó a cantar, ella no sabía si tenía suficientes cualidades y se frustraba cuando no le salía algo, pero nunca dejaba de practicar.

Rolo comentó que su reacción frente a los errores al cantar era reírse, pero para evitar esos errores tenía que practicar y practicar, para que al menos mejore un poco. Se le quedó grabado que es normal que salga un gallo o una desafinación, y que es algo que se corrige con la práctica, por eso él siempre practicaba en casa, incluso buscando tutoriales en internet que complementen lo aprendido en clase. Esto fue sorprendente, ya que normalmente mostraba inconsistencia en clase, algunos días buenos, otros no tanto, para un futuro habría que tener un seguimiento más cercano a su práctica.

Aldo compartió una percepción sobre el momento de cantar en el escenario, en esta expresó que si algo le sale mal, él sigue, a pesar de que le salgan gallos, sigue y procura no hacer caras extrañas para que el público no se dé cuenta. En general, una regla para él es no parar, pase lo que pase. Su forma de enfrentar las equivocaciones ha sido así desde antes del Taller, pero su experiencia en este ha hecho que pueda reforzarla.

¿Qué elementos de técnica vocal hemos aprendido?

En la siguiente pregunta se pretende ver cuánta información pudieron retener los alumnos, sin necesidad de recordarles los términos. Cada uno recordó distintas cosas, pero todas llegaron a completar la mayoría de elementos de técnica. La única que se puso muy nerviosa y no pudo recordar nada en esta pregunta fue Tina. Las respuestas de los demás alumnos se agruparon en las siguientes líneas por área de técnica vocal.

Respiración y expresión corporal:

Lía, Rolo, Nina y Mandy mencionaron la importancia de las respiraciones, y entre ellas, Lía especificó el tipo de respiración silenciosa; Mandy, además, agregó que la respiración ayudaba a llegar a notas altas y era necesario poder dosificarla teniendo una buena base de energía; Rolo terminó de cuajar dicha idea, diciendo que sin aire no se puede sacar la voz y agregó que en su caso personal ha aprendido que debe pensar en qué momento tomar aire y en qué momento producir el sonido. Por otro lado, Lía mencionó que era importante el calentamiento de cuerpo, para ella eran movimientos raros, pero le ayudaban a relajarse. Además, Mica recordó la importancia de la expresión corporal en general mientras se canta.

Registros:

Mica y Rolo recordaron rápidamente la voz de pecho, cabeza, mixta. Rolo especificó que cada voz se desarrollaba por separado. Mientras que Cristal y Lía sólo recordaron la voz de cabeza y de pecho.

Resonancia:

Lía recordó, haciéndolo, el ejercicio del *Lip trill*, el cual despierta la resonancia al iniciar la clase. Mica recordó la vocalización con la mandíbula relajada, también haciéndola en el momento. Sami, Mandy, Rolo y Aldo también recordaron la vocalización o articulación, pero sólo mencionándola. En este momento no mencionaron dónde resonar, pero Rolo, Sami y Aldo sí recordaron la importancia de resonar y proyectar la voz sin gritar. A esto, Aldo agregó: “Todo eso es nuevo para mí. Porque yo no conocía una voz que, no se... o sea... de mí, de la nada apareció una voz que se escuchaba a dos cuerdas. Yo me quedé ‘wow, ¿cómo hice eso?’, porque no lo conocía”. Por otro lado, ninguno mencionó las variantes de la laringe, debido a que no se les repetía estos términos, pero sí los realizaban. Lía y Aldo, que fueron quien mejor lograron la laringe neutra, recordaron como parte de la técnica la *voz hablada*, que es lo equivalente a la posición neutra o media de la laringe y se les enseñó al inicio del Taller.

¿Cuáles son los 3 registros básicos que hemos aprendido? ¿Cuál te ha sido más fácil dominar y cuál más complicado?

Tina, quien no recordó los elementos de técnica en un primer momento, con esta pregunta pudo recordar el registro de pecho y de cabeza. Afirmó que para ella fue más sencillo hacer el registro de cabeza, especificando que con esa voz ha cantado desde siempre; la más complicada fue la voz de pecho porque no estaba acostumbrada a cantar en tonos más bajos que su registro de cabeza, a pesar que en los ejercicios le salía, aun le dificultaba trasladarlo a las canciones.

Dentro de las que recordaron dos registros, Lía comentó que para ella el registro más sencillo fue el de pecho, se le hacía mucho más fácil que el de cabeza, el cual consideró un poquito más difícil. Para Cristal sucedía lo contrario, ella se sentía más cómoda en su registro de cabeza, ya que en el de pecho tenía que usar mucha fuerza. Sin embargo, en la práctica, siempre se la escuchó capaz de hacer ambos registros. Admitió que no le era muy difícil hacer la voz de pecho, pero prefería estar más cómoda en su voz de cabeza, como en la canción “true colors”, que era más suave. Sami, inicialmente no respondió a

la pregunta anterior con los registros, pero al estar su hermana Cristal presente, pues recordó con ella los términos. Para ella el registro más sencillo fue el de cabeza también, porque así no sentía molestias en su garganta.

Rolo y Mica recordaron los tres registros rápidamente. Para Mica, también resultó más sencillo el registro de cabeza, ya que lo había hecho desde niña y el registro de pecho lo sentía muy grave y más difícil. A esto se le aclaró que aún necesita controlar bien su laringe para que la voz de pecho le salga natural sin sentirse muy baja. Rolo, por su parte, comentó que el registro de pecho se le hizo más sencillo a comparación del registro de cabeza, porque no siempre llega bien a las notas agudas, lo puede hacer bien en los ejercicios, pero cuando intenta hacerlo en una canción, le cuesta más. El registro más difícil fue el mixto, ya que esas notas medias donde está el paso de su voz implica un cambio y control preciso de cuanta fuerza y flexibilidad se da al sonido. Rolo tiene ambas voces por separado, pero le cuesta mezclarlas.

Los siguientes alumnos no mencionaron los registros en la pregunta anterior. Nina sólo necesito escuchar la palabra registros y respondió sin dudar los tres distintos tipos. Para ella, el registro más fácil fue también el de cabeza; mientras que el más difícil, el registro mixto, explicó que logró entender la teoría, pero hasta el momento no descubría cómo realizarlo bien. Quienes no tenían muy claros los conceptos fueron Mandy y Aldo, luego de recordarles uno de los registros, ellos recordaban los faltantes. Para Mandy, el más sencillo fue el registro mixto y a la voz de cabeza le tenía más miedo, porque no siempre le salía, sin embargo tal parece que no entendió muy bien cómo realizar bien los registros, ya que para hacer bien el registro mixto, es necesario tener claros los registros de pecho y de cabeza por separado. Por último, Aldo comentó que el registro de pecho le fue más sencillo, ya que lo practicaba todos los días, y el registro de cabeza, a pesar de que lo había logrado bastante, por momentos se le dificultaba. Con respecto a la voz mixta, dijo no estar seguro de haberla realizado; él en realidad es quien mejor ha realizado su voz mixta con potencia en pecho, pero no ha sido consciente de ello.

¿Qué puedes decir sobre la resonancia?

Al preguntarles esto, Lía compartió su crecimiento vocal en esta área, “para mí, está mejor mi resonancia, porque a la hora de exponer ya se me escucha más y no tengo que forzar la garganta o gritar para que pueda escucharme todo el salón”. Y al preguntarle dónde tenía que resonar para lograr eso, se señaló los pómulos, es decir las cavidades nasales. Lía, Mica, Tina, Cristal, Sami, Nina y Aldo repitieron el mismo gesto de señalar los pómulos cuando se les hacía la pregunta más específica de dónde era que resonaba su voz. Rolo fue el único que de inmediato señaló sus pómulos dándoles el nombre de senos paranasales, pero confesó que sentía que no lo había logrado completamente.

Dentro de otros elementos para resonar, Cristal recordó uno de los ejercicios llamado *humming*, que se usa en el calentamiento para despertar la resonancia y Sami agregó que debían mirar un punto fijo hacia dónde enviar el sonido para luego lanzar la voz como si fuera una flecha.

¿Qué puedes decir sobre la laringe?

En esta pregunta se identificó que no pudieron aprenderse el término técnico de los cambios de posición de la laringe. Fue un tema que vimos en las primeras semanas, donde no estuvieron todos y luego se continuó practicando sin nombrar el término laringe, simplemente realizando los sonidos.

Todos los alumnos necesitaron escuchar los ejemplos de las distintas posiciones de la laringe para poder responder e identificar qué sonido pertenecía a qué posición. Lo más sencillo para todos fue reconocer la laringe media o neutra como la voz hablada que se trabajó en varias ocasiones.

Quienes no tenían muy claro el funcionamiento de la laringe, a pesar de darles ejemplos, fueron Cristal, Sami y Mandy.

¿Qué me puedes decir sobre la respiración?

Lía, Mica, Tina, Nina y Alex hicieron énfasis en que la respiración ayuda a relajarse, que debe ser relajada y no de forma apresurada o tensa. Tina contó que en su canción aprendió a marcar dónde respirar para que le alcance en las notas largas y altas, de modo que ya no le faltaba aire. Además, Cristal y Rolo recordaron que la respiración debe ser intercostal sin subir los hombros. Mandy y Sami fueron quienes no tenían muy claro el rol de la respiración en el canto, la consideraban importante, pero no pudieron fundamentar mucho cómo se debía realizar o por qué era importante.

¿Qué me puedes decir sobre la vocalización?

En esta pregunta Lía, Mica, Tina, Cristal, Nina, Rolo y Alex mostraron cómo era la vocalización con la mandíbula relajada, abriendo la boca del modo que debía ser. Cristal confesó que antes ella cantaba con la boca todo el tiempo como riendo, pero que ha entendido que su mandíbula debe estar relajada hacia abajo.

¿Por qué es importante calentar el cuerpo antes de cantar?

Lo que predominó en las respuestas fue el poder relajarse o soltarse y entrar en concentración antes de cantar. Expresaron que servía como un momento de preparación donde se liberaban de todo lo de afuera y concentraban su energía en la clase. Además, Cristal agregó que el calentamiento la ayudaba a controlar un poco más los nervios y los movimientos involuntarios que surgían en su cuerpo al momento de cantar. Todos entendieron la importancia de relajar su cuerpo, la siguiente meta sería incrementar su energía y fortalecer su centro de fuerza.

¿Cómo sé que tengo una postura correcta?

Todos pudieron responder bien, y se complementaron sus respuestas, entendiendo que debían estar relajados pero bien parados, con los hombros hacia atrás y el pecho abierto, con los pies al nivel de las caderas y sin estar tensando las rodillas, además mantener la cabeza alineada con sólo un puño de distancia entre el mentón y el pecho. Tener una

postura correcta, afirmaron era importante porque una postura cerrada o encogida no permitiría hacer salir todo el sonido ni la interpretación.

El cambio más grande entre las alumnas fue el de Tina, quien compartió cómo empezó a practicar en su casa buscando la postura alineada y su mamá fue dándose cuenta de las mejoras, ya que dejó de andar, en sus palabras, “medio jorobada” y el día de la presentación final se mostró muy bien parada en el escenario.

¿Por qué es importante la mirada al cantar?

Hubo tres tipos de respuestas: La primera fue, para poder concentrarse y evitar ponerse nervioso por ver a los rostros del público. Dieron esta respuesta Lía, Mica, Mandy y Rolo. Esto en realidad es la consecuencia de realizar una mirada con el enfoque que tuvo la segunda respuesta. La siguiente respuesta fue, para tener una mirada fija con un punto hacia dónde proyectar la voz. Tina y Nina respondieron esto, y esta fue la premisa que se les daba en clase para poder proyectar su sonido y enfocarse en un solo punto con decisión, de modo que se evitara cualquier distracción. La última respuesta, fue una respuesta única de Aldo, quien llevó la mirada al plano interpretativo: “Para conectarse con el público”. Lo que da paso a la siguiente pregunta.

¿Qué consideras más importante para poder interpretar una canción?

Lía, Mica y Rolo consideraron que lo más importante era entender la canción, la intención con la que fue escrita, para saber lo que quiere decir y poder interpretarla con el corazón, haciéndola propia. Por otro lado, para Sami, Cristal y Mandy, lo importante era sentirla, poder conectarse e identificarse con la letra, como les pasó con la canción grupal “En marcha estoy” que claramente decía en su letra que estaban en camino a algo grande, y que el mundo tendrá que prepararse porque ahí van ellas. Así empezaron a identificarse las alumnas y cantar con mucho entusiasmo. Aldo también comentó que lo importante era cantarla con sentimiento, y que esto podría variar según la canción. Por último, para Nina lo importante era saber a quién se le está cantando o a quién se dedica la canción. En su caso, ella se la dedicó a toda su familia y eso hizo que pueda mantenerse en el escenario a pesar de los nervios.

¿Te ha sido fácil conectar con la letra de la canción?

Para Aldo, interpretar no fue un problema, se sintió bastante cómodo, su método se resume en cerrar los ojos, poner la mente en blanco, cantar y acordarse la letra. Con un poco más de timidez quizás, Tina sintió que también pudo conectar con su canción, especialmente en la parte de la letra que decía “(...) y no siento más temor, aunque la tormenta avance (...)”. Se identificó con esa frase pues ella misma ya no sentía más temor de expresarse a los demás con su canto y su voz.

Para Cristal y Sami, que cantaron sólo las canciones grupales, la interpretación logró desarrollarse mucho en ellas. Sami comentó que antes ella sólo pensaba en la melodía y no entraba en cuenta de la letra y mucho menos sentía lo que cantaba, lo cual ha cambiado bastante, ahora disfruta sentir la emoción de cada canción. Cristal se identificó bastante con las canciones grupales del Taller, ya que tenían letras esperanzadoras y positivas, lo que le ayudaba a conectarse.

Por otro lado, Mandy expresó que le fue difícil interpretar su canción individual, por los nervios que hicieron que se olvidara de llevar su mirada a un punto fijo y empezó a perder el enfoque. Al igual que ella, Rolo estaba muy nervioso, y además inseguro con la nueva tonalidad que se le había asignado, por lo que no pudo transmitir la interpretación que había deseado.

¿Con todo lo que has aprendido, cómo te sientes respecto a tu voz?

Lía se siente mejor con su voz, antes no pensaba que sería capaz de llegar a las notas que ha logrado en el Taller y esto le ha dado seguridad de cantar en público sin miedo al qué dirán. Mica, de lo que no sabía que era capaz de cantar, ahora siente que su voz ha mejorado bastante y que es bonita. Sami se siente bien consigo misma, antes no le agradaba su voz, pero ha aprendido a valorar su propio esfuerzo y se dio cuenta que ha logrado más de lo que esperaba. Cristal se siente más segura consigo misma, con salir al escenario y expresar lo que canta dando todo su esfuerzo. Nina se siente también con un poco más de confianza, que ya es capaz de soltarse al cantar. Mandy siente que ha

mejorado bastante, que antes cantaba por cantar, pero ha adquirido nuevas ganas de seguir mejorando por medio de la práctica. Aldo se siente más libre al cantar. Tina siente que el canto es una de sus formas favoritas de expresarse, le encanta y ve todo el potencial en ella que antes no veía, está feliz de saber que sí es buena y quiere que más personas conozcan su voz.

6.5.2. Sobre su experiencia en la dinámica de trabajo

Ejercicio de ritmo y voz

En esta parte de la entrevista, se les pidió realizar un ejercicio vocal, que requería de ritmo y capacidad para seguir las notas propuestas por la profesora. De esta forma, se buscó que los alumnos y alumnas sigan las indicaciones y el ejercicio lo mejor que pudieran. El ejercicio consistió en hacer chasquidos con los dedos mientras que se repetían sonidos improvisados por la profesora con distintas vocales.

Lía, Cristal, Nina y Rolo siguieron muy bien el ejercicio, agarraron bien el ritmo con los chasquidos y siguieron las vocales sin problemas. A Tina y Sami les costó agarrar el ritmo y de vez en cuando paraban, pero volvían a retomarlo. Por otro lado, Mandy no hacía bien los chasquidos, por lo que cambió a palmas. Una de las correcciones que se hizo durante el ejercicio fue vocalizar mejor, lo que instantáneamente corregían, sólo Aldo no llegaba a abrir tanto la boca, algo que también le sucedía en clase al hacer los ejercicios, la abría un ratito y se le volvía a cerrar poco a poco.

El ejercicio no era complicado y debido a que los chicos estaban disfrutando el clima de la entrevista y el ejercicio en sí, siguieron muy fácilmente las indicaciones, es decir, ninguno se negó rotundamente a realizar lo que se les pedía, nada estaba fuera de su alcance. Esto reveló que cuando los estudiantes disfrutan la actividad, están completamente dispuestos a realizar lo que se les pide dentro de los objetivos del estudio.

Ejercicio de ritmo y voz con improvisaciones

Este ejercicio fue la evolución del anterior, donde se pidió a los alumnos y alumnas que propongán los sonidos que se repetirían con el ritmo, intercalando improvisaciones entre la profesora y ellos. De esta forma se vería qué tan capaces eran de concentrarse y dejar su imaginación fluir. Cuando un cantante no está conectado consigo mismo y concentrado en su canto, o tiene la mente en otro lado, le impide desarrollar su creatividad; es necesario desconectarse del mundo exterior para conectar con su voz como realmente puede ser.

Con Cristal y Sami fue sencillo, ya que estaban divirtiéndose bastante y empezaron a proponer varios sonidos. Lo único que las distraía eran sus propias risas al hacer sonidos raros, esto hizo que soltaran el ejercicio un momento y volvieran a retomar, hasta que las risas pudieron más y el ejercicio terminó con ellas riendo. Del mismo modo, Tina entró rápidamente en la improvisación, turnando con la profesora distintas armonías muy bien afinadas. Por momentos perdía a un poco el ritmo con los chasquidos, pero no dejó de intentarlo hasta hacerlo bien, al final expresó que le pareció divertido. Mandy, por su parte, no afinó mucho en todos sus intentos, pero se mantuvo concentrada, en ritmo y no paró hasta que se le indicó.

A Lía le costó más concentrarse y crear distintos sonidos, su mirada empezó a divagar y cuando hizo un sonido raro le causó risa, sin embargo en ningún momento paró hasta que se le indicó que el ejercicio había finalizado. Al terminar, sonrió en señal de que a pesar de sus errores, lo había disfrutado. En contraste, sucedió con Nina que sí cortó el ejercicio al sentir que no le salía, llegó un momento en que paró y dijo: “me bloqueé”, luego intentó retomar, pero le fue difícil.

Por último, Rolo mostraba atención, pero por momento se reía y perdía el ritmo, se nublabá y no sabía qué cantar, por lo que también paró el ejercicio y en su caso no quiso continuar; visto eso, se le propuso volver repetir las improvisaciones realizadas por la profesora y ahí trabajó mejor. Del mismo modo, a Aldo le costó improvisar y lo hizo

con poca energía, se le pidió repetir el ejercicio con más energía, pero igual estaba inseguro.

Con los resultados de este segundo ejercicio se puede ver que algunas alumnas tuvieron más facilidad para concentrarse y dejar su creatividad fluir, mientras que los demás encontraban más limitaciones para crear y mostraban mayor seguridad en ejercicios guiados. Poco a poco, se debe ir cultivando que ellos mismos puedan desarrollar sus propios ejercicios en un futuro y mejorar su práctica sin necesidad de guía para concentrarse. Lo que vale rescatar es la disposición de los alumnos para intentar, luchando con sus propias dificultades para disfrutar el ejercicio.

¿Qué opinas de tus compañeros de canto?

En esta pregunta se buscó que las alumnas y alumnos expresen cómo se llevaron con el grupo del Taller. Lía, Mica, Tina y Nina concordaron en que todas y todos eran divertidos y expresivos. Tina expresó que se hicieron rápidamente amigos porque tenían gustos iguales, especialmente el canto. Para Nina, el tener los mismos gustos con un grupo de compañeras hizo que se sienta muy a gusto y su confianza creció con el grupo. Cristal, de igual modo, indicó que entre todos creció mucho la confianza, más que con sus compañeros de salón de clases regulares. Entre sus compañeras se apoyaban para avanzar en el Taller, comentaron Sami y Cristal, ensayaban juntas con el grupo de chicas antes de entrar al Taller, llevaban su propio parlante para poner las pistas y practicar. Mica contó que a veces se encontraban en la calle y empezaban a cantar, o salían de clase cantando juntas, enfatizó que entre ellas se podían comprender y no se juzgaban.

Debido a que la clase estaba conformada mayormente por alumnas, era normal ver los grupos formados entre ellas y a los alumnos varones aparte, sin embargo a medida que avanzaba el Taller, eso fue cambiando. Aldo comentó que se sentía muy cómodo con el grupo, que las chicas eran muy ocurrentes y cada quien tenía algo que los diferenciaba, tanto en él y Rolo como en las chicas. Nina comentó que, a pesar que no se relacionó

tanto con ellos, los consideró buenos compañeros y cada vez que los encontraba en el colegio, los podía saludar.

Mandy agregó que, además de saber cantar, algunas de sus compañeras eran bastante creativas y tenían otros talentos; asimismo, le gustó descubrir que cada uno tenía distintas formas de cantar y podía aprender de ellos. Rolo también coincidió en que ha aprendido de las voces de sus compañeras y compañero, pues cada vez que algo se les corregía, él asimilaba algunas indicaciones para su propia voz. Además, hizo hincapié en el esfuerzo que todos hicieron para estar en el escenario. Expresó que todos eran una fuente de apoyo para el otro y habían dado lo mejor de sí el día de la presentación, lo cual los hacía un gran grupo.

¿Cuál era tu momento favorito de la clase? ¿Y el menos favorito?

Predominó como momento favorito la práctica de canciones grupales. Tina y Mandy disfrutaban este momento por las letras motivadoras, y al poder cantarlas juntos, sentían que todos podían cumplir sus metas. Del mismo modo, a Cristal y Sami les gustó compartir la energía grupal, se sentían acompañadas, y que cantando juntos, podían todos salir adelante. El momento que más disfrutó Sami fue la última clase, porque sintió que conoció un poco más a los compañeros de la tarde y pudieron integrarse todos. Nina agregó que la razón por la que se sentía mejor en las canciones grupales era porque le brindaba más confianza y se divertían juntos al practicarlas, hasta sentía que eran una sola persona, cantando como si ellos mismos hubieran compuesto la canción.

Por otro lado, Rolo y Aldo también expresaron su gusto de cantar en grupo, pero a la vez les gustaba salir a cantar ellos solos. Rolo gustaba de escuchar a sus compañeros cantar sus canciones individuales, pero sobre todo practicar él mismo; Aldo disfrutaba practicar cuantas veces pudiese su canción individual, porque simplemente la interpretaba y se sentía tranquilo cantando. Al igual que Rolo, a Lía le gustaba escuchar las canciones individuales de sus compañeros, la diferencia es que lo disfrutaba más que salir a cantar, porque podía concentrarse en escuchar sus voces e interpretaciones, la

motivaba bastante ver cómo sus compañeros utilizaban las técnicas que se enseñaban en clase.

La respuesta menos esperada fue la de Mica, quien dijo que disfrutaba los pequeños momentos de distracción, cuando había que arreglar el salón para la clase, mover las sillas para ver a los compañeros e incluso ordenar el salón al final de la clase, eran pequeños lapsos de tiempo en que hacían bromas, cantaban y reían.

En cuanto a los momentos menos favoritos, fueron el calentamiento de cuerpo y el momento de salir a cantar sus canciones individuales. A Lía, Rolo y Aldo no les gustaban algunas partes del calentamiento de cuerpo; Lía sentía que le avergonzaba un poco hacer los movimientos, a Rolo no le salían bien los ejercicios de equilibrio, sentía que se caía, y a Aldo no le gustaba el ejercicio donde tenía que relajar la mandíbula. A Sami, Mandy y Nina no les gustaba salir a cantar al frente; a Sami y Mandy, porque les daba nervios, y a Nina porque sentía que su voz no estaba preparada para que la escucharan los demás, sobre todo al inicio del Taller, pero para las últimas clases se sentía con más confianza y además sentía el apoyo de sus compañeras, que la animaban.

¿Qué fue lo que hizo que te quieras quedar en el Taller hasta el final?

En esta pregunta, los alumnos expresaron su compromiso y ganas de mantenerse en el Taller. Las respuestas incluyeron el deseo de aprender realmente a cantar, de ser parte de un grupo en una oportunidad única, de mantener el vínculo con sus compañeros y la profesora.

Lía

Fue aprender las técnicas. Quería aprenderlas y ver cómo los demás también las aplicaban, para poder aprender de eso también.

Mica

La compañía y lo que aprendíamos. Como me sentía con mis amigos y con usted, profesora.

Tina

Tenía las ganas de aprender de verdad a cantar y en serio sentía que era parte de algo con este Taller, porque me sentía algo... de tantas personas que entrevistó y que yo sea elegida, me sentía importante, que iba a ser parte de algo y en serio me iba a esforzar en eso, porque sentía que de verdad podía hacerlo mejor de lo que ya creía que era.

Cristal

Lo que más me gustó del Taller, y bueno lo que me hizo quedar hasta el final, es la enseñanza de la profesora y lo que llegamos a hacer al final. El show que íbamos a hacer al final hizo que quisiera terminar esto con todos.

Sami

En ese momento cuando reflexioné, y ya no asistía mucho a las clases, extrañaba a los compañeros y a usted profesora, pero lo que hizo que me quedara era que mi interés en el Taller seguía, seguía en pie, y perder esa gran oportunidad era como perder una parte de mí. Después de ello, decidí asistir para no perderme más de lo que íbamos a hacer últimamente y eso me hizo reflexionar muchas cosas.

Nina

Hacer que mi familia se sintiera orgullosa de mí en cuanto a este aspecto. La verdad es que nunca sentí que podría cantar. Cuando quería entrar al Taller fue un impulso junto con mi compañera y dijimos “ya, hay que hacerlo”, “queremos hacerlo”, fuimos, lo hicimos y a mitad del proceso hubo un problema con mi familia y mi mamá estaba dudando si seguir dejándome ir al Taller, pero al final yo con mis hermanos la convencimos y dije: “No, me tengo que quedar y tengo que hacer que mi mamá vea que esto sí valió la pena”.

Rolo

Primero, cuando comenzó todo el Taller, la profesora de arte me llamó, me dijo que si podía y yo estaba también... eran los mismo horarios con las clases de básquet, entonces dije *asu...* quería seguir en básquet, le di tarde la respuesta a la profesora y me dijo que ya estaba todo ocupado, pero me arrepentí tanto que le dije a Aldo que hablara

con usted a ver si se podía y bueno, pasó y pude entrar, y ya que lo tuve una vez, no quise salir, no quise dejarlo hasta que terminara. Pude aprender muchas cosas y me daba cuenta que me importaba mucho.

Aldo

Porque estoy haciendo lo que me gusta. Me gusta cantar, me gusta la música. Eso sí me mantiene.

¿Qué mejorarías en la forma de enseñar?

Todos estaban conformes con la forma en que se había dado el Taller, con la organización, la forma de trabajar de la profesora, la paciencia y dedicación. A esto, Rolo agregó que el Taller hacía que en todo momento quiera aprender, no había momentos de aburrimiento, sino que había tantas enseñanzas que no quería que se le escapara ninguna y procuraba estar atento. A pesar de que Rolo tenía sus momentos de distracción, en las preguntas sobre técnica vocal, él respondió todo bien, demostrando que en realidad sí estaba escuchando e interiorizando toda la información brindada a lo largo del Taller.

Debido a que nadie quería mejorar la forma de enseñanza, se les preguntó si es que habría algún elemento que quisieran cambiar, agregar o quitar. A esto, Mandy y Sami respondieron que sería bueno aumentar las horas. Además a Sami y Cristal les gustó la idea de ser más alumnos, procurando que también haya más varones y que tanto en el horario de mañana como el de tarde haya un mismo número de alumnos.

6.5.3. Mensaje a los adolescentes

En el Taller “Conoce tu voz” se procuró alentar a los adolescentes a creer en ellos mismos, y este estudio pretende que más personas apuesten por educar su voz, que más padres de familia escuchen los deseos artísticos de sus hijos, que más adolescentes se animen a cantar y que más instituciones permitan el desarrollo de talleres de esta índole.

Sin embargo, no hay mejores palabras que la de los mismos participantes de esta experiencia. Ellos tienen algo que decirles a otros adolescentes:

Tina

Les diría que no tengan desconfianza. Que crean en sí mismos, que pueden hacerlo y lograrlo. Que nunca crean que no puedan, aunque se equivoquen, que siempre sigan de pie y persigan sus sueños.

Lía

Les diría que se animen porque más adelante, si siguen trabajando y siguen practicando, van a poder disfrutar, además de que les va a ayudar en su vida diaria, por ejemplo en exposiciones, sus relaciones con amigos, su familia. También pueden vivir de ello si quieren, también se pueden divertir y hacer que las demás personas se diviertan con eso.

Sami

Quiero transmitirles que el canto es un arte con el que podemos comunicarnos abiertamente y no hay que sentir temor de hacerlo si es que podemos. Hay que, por lo menos, intentarlo, si tenemos el valor, porque todos podemos si nos proponemos hacerlo.

Mica

Les diría... que te animes porque sólo hay una oportunidad en tu vida, y que es algo con lo que te puedes expresar, con lo que te puedes sentir mejor contigo mismo y puedes comunicarte con las demás personas, puedes hacer amigos y ser más abierto a las personas, que te conozcan como realmente eres, que no te importe si es que a las personas no les caes bien, porque tú vas a sentirte bien contigo mismo.

Cristal

Siempre vas a tener unos días malos. Tu puedes sentir que quieres cantar, pero seguramente vas a tener esa cosa que te va a decir siempre que no eres suficiente o tienes miedo porque no eres extrovertido, pero nunca olvides que siempre van a haber personas que te van a apoyar, aunque tus padres no te apoyen, van a haber personas que

sí te van a apoyar y si tienes ese valor de querer hacerlo, es porque tú puedes, tú puedes lograrlo.

Nina

Lo que sea el canto para ti, está bien si te gusta. Si te gusta algún estilo de música, está bien, y si sientes que te puedes conectar a través de tu familia, compañeros o problemas, como yo pude, o simplemente te gusta la música y lo puedes relacionar con el canto y te sientes bien, está bien.

Mandy

Si les gusta el canto, aun así supuestamente no sepan cantar, yo creo que sí pueden aprender, todo se aprende en esta vida, nadie nace cantando, y pues yo quiero que ellos superen sus miedos, que lo intenten, que si se caen, vuelvan a levantarse, porque está bien difícil, pero es bueno arriesgarse.

Rolo

Si ustedes en sus casas, cantan a solas o sienten que sí pueden pero temen a la aprobación de los demás, eso no es algo que sea muy importante cuando tú sientes que de verdad que puedes. Entonces, si tu sientes que puedes y tienes el talento, entonces busca a alguien que te enseñe, que te pueda dar la técnica y tú, con la técnica, reforzar la voz, no tengas miedo, igual si no la haces, pues tienes un montón de cosas más por hacer en la vida.

Aldo

A Aldo no se le llegó a pedir el mensaje a los adolescentes, pero se le preguntó cuál fue el mayor cambio que sintió en él. Esta fue su respuesta: “Que descubrí una nueva voz”.

6.6. Diferencias entre los dos grupos de participantes (turno mañana y turno tarde)

Como se explicó al inicio de este capítulo, el Taller se realizó con dos horarios, el turno de la mañana y el turno de la tarde. El análisis principal se hizo en base al turno de la mañana y en base a sus resultados, se hizo una comparación sobre las mejoras en ambos horarios.

6.6.1. Habilidades vocales y personalidad de los participantes:

Naturalmente, cada adolescente tiene una voz y una forma de ser únicas. Ambos grupos tenían en común que todos querían aprender a cantar, pero sus caminos se dieron de un modo algo distinto. En el grupo de la mañana, los participantes tenían bastante más soltura para realizar nuevos sonidos y conocer su voz, había bastantes alumnas extrovertidas, y quienes eran más introvertidas o introvertidos, pronto pudieron ir soltándose, tal como lo expresaron en sus entrevistas. En el caso del turno de la tarde, tres de cinco eran bastante introvertidos y tenían mucho más temor a soltar la voz. A continuación, se describe cómo eran las personalidades y voces de los integrantes del grupo de la tarde.

La primera alumna de la que se hablará es una alumna muy introvertida con una voz bastante fuerte y flexible. Ella comentó que quería dedicarse a cantar de forma profesional; a pesar de esto, su forma de trabajar era muy floja y le daba vergüenza hacer los ejercicios que necesitaba para lograr los efectos deseados en su voz. Además, tenía risas nerviosas excesivas que le impedían seguir bien los ejercicios. Todos esos inconvenientes hicieron que no fuera posible mejorar su voz del modo que se hubiera deseado. Le demoró poder controlar sus nervios y en la muestra final tuvo algunas dificultades. A pesar de esto, expresó sentirse contenta con lo aprendido y mantiene su sueño de ser cantante profesional.

La siguiente alumna también es introvertida, incluso más. En su caso, vocalmente no tenía muchas habilidades para entrenar su voz en tan poco tiempo, pero fue aceptada en

el grupo debido a que su profesora de Arte abogó por ella, argumentando que era una alumna que solía tener problemas en clases y necesitaba aprender a expresarse mejor. El trabajo con su voz fue complicado, ya que no podía afinar fácilmente una canción y hubo que hacer variaciones en su canción individual para que pudiera llegar a todas las notas. Su forma de ser era muy tímida, casi no hablaba y era muy difícil hacer los ejercicios individuales, pero al hacer ejercicios grupales, desafinaba, por lo que era necesario trabajar de modo individual. Poco a poco, empezó a comunicarse más, preguntar más, participar más. Su mayor logro fue cantar frente al público, no estuvo libre de desafinaciones, pero fue mucho menos a como había iniciado y sobre todo, venció su temor.

Por otro lado, estaba un alumno también bastante introvertido, con buena voz, pero tímida. Era el primero en llegar a clase, siempre puntual. A pesar de esto, muchas veces se negó a hacer determinados ejercicios dentro del calentamiento de cuerpo y algunos ejercicios de técnica; si no le gustaba, no lo hacía, y no le gustaba hacer trabajo individual, simplemente negaba con la cabeza para no cantar frente a los demás. En ningún momento se le obligó, pero al ver que no ponía de su parte, se tuvo que hablar con él para que se deje guiar en el conocimiento de su voz; con él se procuró crear bastante confianza. Felizmente, comprendió y empezó a mostrar más esfuerzo en el transcurso del Taller. Para la muestra final venció su mayor miedo, que era cantar sólo frente al público y lo hizo valientemente, fue un gran momento.

En cuanto a las alumnas más extrovertidas, la primera no era excesivamente extrovertida, simplemente era más capaz de expresarse y comentar o hacer preguntas, no le daba tanta vergüenza hacer los sonidos y pudo mejorar bastante su voz, que ya era buena desde el inicio. Ella practicaba constantemente y logró hacer una buena proyección de su voz en distintos momentos, en su presentación final hizo un buen trabajo. La última alumna del grupo se unió a la mitad del Taller, ya que era amiga de la primera alumna descrita, y al ser sólo cuatro, se le permitió entrar para completar el grupo con cinco. Ella fue la más extrovertida del grupo, con un volumen de voz muy alto, su energía ayudó a terminar de unificar el grupo. No pudo cantar una canción

individual, por falta de tiempo para ensayar, pero cantó un dueto con su amiga y participó en las canciones grupales.

Como se puede ver, una de las características del grupo de la tarde es que incluyó a más participantes introvertidos que estaban menos dispuestas a realizar los ejercicios y el trabajo tuvo que hacerse con más tacto, procurando generar confianza. Por esto, el trabajo en técnica se hizo grupal, pero como todos tenían voces bastante contrastantes entre sí, se enfatizó el trabajo individual para poder tratar las debilidades particulares.

6.6.2. Cantidad de alumnos, frecuencia de clases y forma de trabajo:

En el grupo de la mañana hubo 9 participantes, 7 mujeres y 2 varones; en el grupo de la tarde hubo 5 participantes, 4 mujeres y 1 varón. La cantidad hizo que la dinámica de trabajo varíe. En el caso de la mañana, había que dar énfasis en las canciones grupales desde el inicio, para luego pasar a las individuales. Sin embargo, al ser menos en el turno de la tarde, había posibilidad de hacer más tiempo de trabajo individual por alumno. Además, era necesario trabajar individualmente sus voces desde el primer día ya que la frecuencia de las clases sólo sería una vez a la semana por dos horas. Por esto, después de hacer la técnica grupal, instantáneamente se empezaba a dedicar tiempo uno a uno, mucho más que en el grupo de la mañana. En este tiempo, se iba probando repertorio y técnica vocal. Vocalmente lo que se logró fue despertar la voz de cada uno, algunas voces estaban bien dormidas, aunque no dominaron tanto la técnica como en el grupo de la mañana, sí adquirieron el conocimiento sobre los términos técnicos y están en proceso de mejorar.

Por otro lado, en el turno de la mañana se seleccionaron canciones grupales por las características del grupo y sus gustos musicales. En el turno de la tarde, este proceso demoró porque el conocimiento de sus gustos fue más lento y la personalidad como grupo todavía no era clara, había una energía muy baja y cantar una canción muy alegre con ellos en realidad no iba a funcionar. Se decidió trabajar con ellos la segunda canción grupal del grupo de la mañana, “No me rendiré” de la película Spirit. Esta canción trata sobre la lucha contra las opresiones, pero con un lenguaje bastante apropiado para

adolescentes. En esta canción se realizó una voz base y armonías. Al juntar a ambos grupos en la muestra final, todos se unieron sin problemas.

6.6.3. Personalidad del grupo:

El grupo de la tarde demoró más en unificarse. Al verse solamente cada sábado, la convivencia fue menor, y las alumnas y alumno sólo iban para hacer la clase, sin hablar entre ellos e irse. Esto fue cambiando, pero únicamente terminó de consolidarse cuando se tuvo que agregar días de ensayo, ya estando cerca a la fecha de presentación. Con los permisos respectivos del colegio y de los padres, se citó a los alumnos a quedarse una hora más después de sus clases de la tarde, dos días más de la semana, por dos semanas. De este modo, las últimas dos semanas con este grupo fueron de bastante convivencia y fue ahí cuando el vínculo entre ellos se fortaleció, hubo más tiempo para conversar y hasta para compartir sus preocupaciones.

Juntar a ambos grupos en los ensayos generales hizo que todos terminaran de creer lo que iban a vivir en la presentación final. La energía del grupo de la mañana contagió al grupo de la tarde y entre todos fueron capaces de apoyarse. Además, la canción grupal que se había practicado en ambos turnos sirvió para que terminen de integrarse. Así es como en pocas sesiones de haberse conocido, los y las integrantes de ambos turnos, mostraron empatía entre sí y se relacionaron sin mayores dificultades, pues todos compartían el mismo deseo de cantar.

CAPÍTULO VII

CONCLUSIONES

La observación sistemática del desarrollo del Taller de canto “Conoce tu voz” permitió analizar la evolución de la comunicación interpersonal en un grupo de 9 adolescentes, estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública en el distrito de San Borja.

A partir de la experiencia en el Taller, se corroboró que efectivamente, la comunicación interpersonal de los y las adolescentes mejoró debido a dos factores: Una mejor expresión oral causada por adquirir técnica vocal y autoconfianza, además de la práctica constante al comunicarse con los miembros del grupo que conformaron el Taller. Por otro lado, una mejor capacidad de escucha causada por el tipo trabajo grupal e individual, donde se combinó diversión con disciplina, y por la comunicación empática con la profesora, dando espacio para escuchar las opiniones de todos.

Considerando los objetivos de la investigación, la experiencia del Taller de canto y el análisis de la información recolectada con base en los instrumentos previstos en el diseño metodológico, se llegó a las siguientes conclusiones:

Relación entre expresión oral, técnica vocal y autoconfianza

Con relación a la técnica vocal, se identificaron como elementos infaltables la respiración y alineamiento corporal; la resonancia, o el uso de resonadores; y los registros vocales de cabeza, pecho y mixto. La respiración se desarrolla con un cuerpo relajado y una postura alineada que permita un flujo natural del aire, llenando el cuerpo de energía para poder emitir los sonidos. Una respiración adecuada logra que se pueda direccionar el aire a los resonadores correctos con más facilidad y de ese modo no hacer fuerza con la garganta; las principales fuentes de resonancia son la laringe, con sus tres variaciones, las cavidades nasales o senos paranasales, y el sonido puede variar dependiendo del tipo de articulación, lo primordial es mantener la mandíbula relajada para realizar dichas variaciones. Con la respiración y resonancia cubiertas, el trabajo de

los registros vocales hace que los cantantes tengan mayor gama de posibilidades para cantar, de modo que pueden realizar notas graves, medias o agudas sin ninguna dificultad.

Para aprender a cantar, los elementos indicados son una guía que se adecúa a las necesidades de cada estudiante, ya que cada uno tiene una voz única y cualidades vocales únicas, es por eso que el trabajo individual es necesario para poder guiar adecuadamente el descubrimiento de sus voces.

La técnica vocal fue el punto de partida para desarrollar en cadena el resto de los indicadores, que sucedieron paralelamente o en consecuencia de su desarrollo. Con el paso de las clases, se empezó a corroborar que, al hacer bien un ejercicio, los y las participantes se sentían más cómodos con sus propias voces y más capaces de intentar hacer sonidos nuevos. En los alumnos más comprometidos, y con menos faltas, hubo cambios más consistentes, como una mejor resonancia por el manejo de las distintas posiciones de la laringe, siendo la laringe neutra la preferida, una mejor vocalización, una voz de pecho sólida y segura, mayores descubrimientos en la voz de cabeza y capacidad para realizar una voz mixta con potencia en voz de pecho, además del incremento en la confianza de sus capacidades vocales.

Al mejorar la técnica vocal, se generaron cambios en la confianza para expresarse al hablar y se creó cierta disciplina en los movimientos corporales, ya que la voz no se desliga del cuerpo. Para los tres meses de trabajo, el avance fue bastante bueno. El volumen de voz se incrementó y la conciencia corporal se hizo más visible. Todos encontraron una postura neutral y relajada, las tensiones sólo eran visibles si estaban nerviosos. Los movimientos involuntarios desaparecieron, en su lugar se vio, en varios casos, una mayor conciencia por mantenerse derechos y recordar los aspectos técnicos, y en pocos, una mayor energía corporal para cantar en escena. Posteriormente, los y las participantes expresaron que calentar el cuerpo les era útil para relajarse y entrar en concentración, pero ninguno mencionó la necesidad de estar activo, con energía y presente en escena, por lo que queda claro que se ha mejorado la relajación del cuerpo, pero falta incrementar la energía y conexión con este.

En el proceso del aprendizaje, la autoconfianza fue creciendo conforme a la capacidad de vencer el miedo a equivocarse. Al inicio, los y las participantes tenían bastante vergüenza de realizar sonidos nuevos, pero en la mayoría de los casos, eso no fue motivo para dejar de intentarlo. Lo normal fue que ante alguna equivocación hagan un gesto de incomodidad, risa, o desaprobación propia. Uno de los mayores miedos fueron los gallos, para lo cual bastó explicar que su aparición era reflejo de los nuevos espacios de la voz que se estaban explorando, por lo cual debían ser un motivo de celebración, más que de vergüenza. De este modo dejaron de temerles tanto y empezaron a arriesgarse más.

En general, todos tuvieron mejoras, el miedo sigue estando ahí, pero se hicieron capaces de superarlo. Aunque continuaron los momentos donde les fallaba la técnica, dejaron de hacer gestos al equivocarse, en su lugar buscaban la forma de resolver y hacer lo mejor que podían. Esto se vio sobre todo en la muestra final. Para muchos fue la primera vez cantando individualmente frente a un público y perder el miedo al escenario fue su mayor reto.

Recordando el examen de canción que se hizo durante el Taller, donde todos sufrieron de nervios excesivos, se notó un cambio significativo hacia la presentación final. Muchos se mostraron nerviosos, pero ninguno dejó de cantar, sino que aplicaron todo lo aprendido para poder superar cualquier obstáculo. Quienes tenían más segura la técnica vocal, y habían demostrado una práctica constante, pudieron vencer los nervios fácilmente e interpretar con honestidad, mientras que los que no tenían segura la técnica, hicieron prevalecer los nervios un poco más y perdieron de vista la interpretación. Esto reveló que no todos estaban listos para hacer una presentación individual. Así que queda pendiente reforzar la práctica y constancia para lograr mejores resultados.

Donde todos expresaron sentirse con más seguridad, fue al cantar en grupo. Las canciones grupales fueron las que más practicaron y con las que más se divirtieron. Al conocer bastante bien las letras, el mensaje de cada canción y sentirse apoyados por el grupo, la técnica vocal e interpretación se dieron de modo natural, emitiendo un sonido

muy agradable, sin tensiones ni mayores complicaciones. Dicho apoyo hace referencia al mayor indicador para ver si su comunicación interpersonal iba por buen camino: El nivel de interacción. A más confianza y soltura en la voz, más comunicación generaban.

A partir de las canciones grupales, el grupo se unificó bastante. Los momentos de práctica permitieron que todos estén concentrados en aprender mientras disfrutaban cantando a una sola voz y, además, hicieron que se sientan en confianza para cantar juntos improvisadamente en otros momentos y no tener miedo de generar interacción. Esto fue lo que logró unificar a los grupos de los diferentes turnos. Se hizo que aprendan una misma canción y al momento de juntar los grupos, la integración fue rápida y guiada por ellos mismos.

El vínculo formado quedó presente en cada participante, ya que todos expresaron en sus entrevistas que se divertían como grupo, que la confianza creció de tal modo que se consideraban un apoyo para poder seguir adelante si se equivocaban. La amistad que formaron superó las diferencias de grados o edades, los unió el canto, y eso fue lo más importante.

Para finalizar esta sección de conclusiones, gracias a los comentarios de los y las participantes se pudo verificar que su expresión oral mejoró en sus círculos de pares, en clase y en sus familias. Sobre todo enfatizaron sentirse con más confianza para expresarse con otras personas. En el caso de quienes más carecían de confianza para generar conversación, identificaron el cambio positivo que los llevó a socializar mejor y sentir que su voz era valiosa de hacerse escuchar no sólo al cantar sino que también al hablar.

Por ese nuevo valor encontrado en su voz, también hubo mejoras en su actitud ante situaciones de vida escolar. Uno de los miedos comunes en la adolescencia es equivocarse al hablar frente a un público, como sucede en las exposiciones. Fue gratificante encontrar que las alumnas más tímidas de la clase lograron desenvolverse mejor en exposiciones y participación en clase, incrementando su rendimiento académico.

Por último, se identificó que los y las participantes viven en familias con escasos recursos o con circunstancias laborales que no permiten una constante comunicación. En algunos casos, no hay contacto con todos los miembros de la familia, algunos viven sólo con el padre o la madre, otros viven con varios miembros de la familia, incluyendo tías, tíos, primos, primas y personas mayores. En todos los casos, se observó que sentían la necesidad de apoyo y reconocimiento de sus familiares. Para algunas alumnas, cantar era una novedad y sus familias no eran conscientes del don que ellas poseían. A partir del Taller, las participantes, sobre todo, expresaron una mejora en la calidad de comunicación y relación familiar.

Es así como se pudo concluir que la expresión oral de los y las adolescentes efectivamente tuvo una mejora. Esta mejora se dio dentro y fuera del Taller, llevando los beneficios de lo aprendido a sus situaciones cotidianas. Uno de los principales factores para lograrlo fue la confianza en el poder de su voz para cantar, revelando el trabajo conjunto de la técnica vocal y la autoconfianza, lo cual los ayudó a comunicarse mejor en un contexto hablado. Un segundo factor encontrado fue el apoyo en el grupo, con quienes practicaban recurrentemente sus nuevas formas de expresarse. En el plazo de tres meses han dado sus primeros pasos para el conocimiento de su voz, juntos han logrado valorar su talento y apostar por seguir practicando para ser cada vez mejores.

Relación entre capacidad de escucha y dinámica de trabajo

Con relación a la dinámica de trabajo, se observó que en los ejercicios de técnica no hubo mayor problema para entender y seguir las indicaciones, pero si no se comprendía algún ejercicio, bastó con brindar nuevos ejemplos. Cada alumno tenía un ritmo diferente para realizar correctamente los ejercicios, por lo que las indicaciones fueron variando según sus necesidades. En el transcurso de las clases, el trabajo vocal se volvió más intenso, las correcciones más exigentes y los ejercicios más elaborados. Felizmente, pudieron adquirir el ritmo de trabajo, sobre todo las mujeres del grupo; los dos hombres del grupo tuvieron un poco más de dificultades en interiorizar y llevar a cabo todas las indicaciones, sobre todo las referentes a la vocalización.

Por otro lado, cuando se les indicaba hacer círculo o mirar al frente, lo normal era que no demoren, sin embargo faltó un poco la conciencia del espacio entre ellos, por lo que en varias ocasiones hubo que ordenarlos espacialmente para que entiendan qué tipo de posiciones se buscaba. Luego de comprendido esto, su organización fue más fluida. En general, su respuesta ante las indicaciones o correcciones resultó positiva a medida que disfrutaban la actividad. Por esto fue importante procurar un clima amigable donde haya diversión y disciplina a la vez.

Gran parte de las alumnas confirmaron que su momento favorito de la clase era interpretar las canciones grupales, ya que se sentían en mayor confianza y apoyadas para lograr los objetivos de la canción. A medida que el grupo se consolidó y unificó, la concentración varió, todos se habían integrado tanto que en cada momento que podían, empezaban a reír o jugar. El grupo se divertía bastante cantando y jugando, por lo que se empezó a convivir con ambas realidades, dando espacio a pequeñas distracciones para luego retomar el trabajo con energía. Uno de los elementos que ayudó al grupo a mantenerse concentrado fueron los retos vocales o de pronunciación en las canciones grupales. Estos requerían de ejercicios precisos para que tengan éxito en la producción de los sonidos, de modo que se generaban pequeñas metas que animaban a los alumnos a trabajar juntos, en lugar de distraerse.

En contraste, algunas alumnas revelaron que uno de los momentos menos favoritos era salir a cantar solas, debido a que sentían muchos nervios y vergüenza. Mientras tanto, los dos varones expresaron su gusto por practicar sus canciones individuales, ya que podían dedicar más tiempo a corregir sus errores y disfrutar de sus canciones. En el trabajo individual, el tiempo era exacto para trabajar ejercicios vocales y repertorio, por lo que no había mucho espacio para distracciones. Cada alumno que salía sabía que le tocaba trabajar y era su momento para mejorar. A pesar de los nervios, tuvieron mucho éxito en mantener concentración, salvo algunos días donde uno que otro alumno tenía una energía baja o muy dispersa. Hay que estar atentos a esos días y generar motivación en los participantes.

En cuanto a la concentración como público frente a las participaciones individuales, llegadas las clases finales, los y las participantes lograron estar atentos en las participaciones de sus compañeros y compañeras, e incluso eran capaces de hacer comentarios sobre el uso de la técnica. De todos, hubo una alumna en particular que desarrolló bastante la escucha en esta dinámica, expresando que disfrutaba bastante poder aprender de la forma en que sus compañeras y compañeros aplicaban la técnica vocal. Este tipo de aprendizaje es el que se procuró motivar y el que se debe cultivar para que todos los alumnos puedan apreciar la escucha a sus compañeros.

El hecho de trabajar con grupos pequeños hizo posible dedicar un tiempo individual para conocer a cada alumno y alumna en la práctica vocal y momentos de diálogo, dando paso a un trato cercano que llevó a desarrollar empatía entre ambas partes y, a la vez, crear un vínculo de confianza que propició un buen aprendizaje. De esta manera, se procuró generar un ambiente de respeto, diálogo y conversación.

No hubo mayor inconveniente en todo el Taller con el tema de respeto, el grupo siempre se mantuvo con una actitud respetuosa. Lo que fue variando fue el nivel de diálogo y conversación. Debido a la confianza generada en la clase, poco a poco los y las participantes empezaron a hacer más preguntas, dar sus opiniones y acercarse personalmente al final de la clase si tenían alguna duda o comentario. En dichos momentos de conversación, lo esencial fue escucharlos atentamente para comprender sus necesidades y poder responderles adecuadamente. Esos momentos de escucha que solían darse luego de la clase, luego se llevaron a momentos dentro de la clase donde cada participante podía expresar su sentir con respecto al Taller.

Al crecer la confianza y escucha mutua, cuando los alumnos tenían algún momento de distracción, dependiendo del motivo de la distracción, se compartía ese momento de juego junto con la profesora e inmediatamente después se volvía el enfoque al tema de la clase. Esto acercó más a los alumnos a entender que estaba bien divertirse y jugar un rato, siempre y cuando fueran capaces de retomar el enfoque y no quedarse en la distracción. De ese modo se trabajó la disciplina y la empatía con los alumnos. En la

etapa de los ensayos, cuando ya no había espacio para distracciones, ellos tuvieron claro que debían enfocarse.

Para finalizar esta segunda sección de conclusiones, queda agregar que los alumnos y alumnas expresaron sentirse muy a gusto y felices con la forma en que se dictó el Taller, se sintieron parte de una oportunidad única que disfrutaron mucho. Se divirtieron y aprendieron haciendo lo que les gusta. Además, en el transcurso de las entrevistas mostraron una actitud de gran confianza, empatía y disposición a escuchar. Enfatizaron que el apoyo brindado por la profesora en las clases ayudó a que ellos confiaran en sí mismos.

Es así como se pudo concluir que la capacidad de escucha en los y las adolescentes pudo desarrollarse positivamente. Esto se dio gracias a la dinámica de trabajo, que implicó dos factores. El primero fue poder realizar los ejercicios grupales e individuales combinando la disciplina y diversión. El siguiente fue el trato cercano con la profesora que generó respeto, escucha recíproca y empatía. En el plazo de tres meses se ha logrado captar su atención e interés en el aprendizaje del canto como individuos, y como grupo, han aprendido a escucharse entre todos con respeto.

Reflexiones finales y recomendaciones: Relación entre el canto y la comunicación interpersonal

Como se ha podido apreciar en esta investigación, la expresión oral y la escucha son esenciales para la comunicación interpersonal. Toda persona comunica a través de su voz y es capaz de dialogar con respeto si tiene una escucha adecuada sobre las necesidades de su interlocutor. Cuando un adolescente aprende a cantar, adquiere dichas cualidades por medio del uso de la técnica vocal, que lo ayuda a expresarse mejor en su voz hablada; la autoconfianza, que surge como consecuencia del aprendizaje nuevo y a la vez genera posibilidades para romper las fronteras del miedo y poder generar más aprendizaje y nuevos vínculos sociales; y la dinámica de trabajo, donde la escucha y empatía entre todos es esencial para aprender con disciplina y diversión.

La comunicación en las personas es una necesidad cotidiana. Gracias a esta investigación, se ha podido corroborar la necesidad de los adolescentes de contar con las herramientas para poder comunicarse en diferentes contextos, de modo que es importante tengan acceso a una formación que pueda satisfacer dicha necesidad. De igual manera, las habilidades artísticas están latentes y deseosas de crecer en los adolescentes. El canto, como disciplina artística, pudo guiar hacia el conocimiento de dones y capacidades desconocidas por los estudiantes, lo cual los hizo sentirse valiosos. En ese valor propio radica la importancia de guiar adecuadamente a los adolescentes a descubrir sus dones artísticos.

Esta investigación tiene como visión poder replicar la experiencia del Taller “Conoce tu voz” en nuevas temporadas escolares y a la vez animar a más artistas escénicos y comunicadores a apostar por proyectos artísticos que desarrollen las habilidades comunicativas en sus participantes. Para un futuro taller de canto siguiendo los lineamientos en este estudio, se recomienda incrementar el trabajo grupal y seleccionar alumnos con la técnica más segura para hacer solos dentro de las mismas canciones grupales. Así, dar énfasis a la interpretación con una energía colectiva y animar a los alumnos a trabajar para obtener los solos en las canciones y ser seleccionados para hacer un dueto o canción individual en futuras presentaciones. Asimismo es importante reforzar el trabajo individual yendo al ritmo necesario de cada participante y, lograr que los participantes desarrollen y reconozcan el aprendizaje que se obtiene a través de observar y escuchar las participaciones individuales de los demás.

Es necesario volver la mirada a los adolescentes para generar una sociedad donde haya una mejor comunicación. Este es mi grano de arena hacia la sociedad, como artista, como comunicadora, como profesora y constante estudiante. Solo me queda agregar que, como profesora, no hay mejor regalo que ver a los alumnos crecer. Es importante inspirarlos y, poco a poco, trabajar con sus cualidades, enamorarlos de sus propios dones y enseñarles a disfrutarlos y compartirlos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Becker, N. y Goffi-Fynn, J. (2016). Discovering voices. *Choral Journal*, 56(7), 8-19. Recuperado en Ebsco Host.

Elorriaga, A. (2011). Una propuesta de práctica de canto colectivo en la adolescencia: Un estudio de intervención en un IES. *Revista electrónica DE LEEME*, (28), 37-77. Recuperado en Ebsco Host.

Gordon, T. (2001) Aprender y enseñar a escuchar: La escucha activa es una forma de amar. *Signo educativo*, 10(99), 38-41.

López, A. y Encabo, E. (2001). La falta de comunicación entre las personas: un problema actual. En F.X. Méndez (director). *Mejorar la comunicación en niños y adolescentes*. (pp. 21-29). Madrid: Pirámide.

Machuca, M. (2000). Articulación y pronunciación del español. En S. Alcoba (coordinador). *La expresión oral*. (pp. 35-42). Barcelona: Editorial Ariel.

McCoy, S. (2016). Imagine. *Journal of singing*, 72(5), 573-575. Recuperado en Ebsco host.

Mortensen, C. D. (1972a). Communication models. En R. Weber & J. R. Belser (Eds.), *Communication: The study of human interaction*. (pp. 29-65). New York: McGraw-Hill.

Mortensen, C. D. (1972b). Interpersonal contacts. En R. Weber & J.R. Belser (Eds.), *Communication: The study of human interaction*. (pp. 255-285). New York: McGraw-Hill.

Naseth, A. (2012). Constructing the Voice: Present and Future Considerations of Vocal Pedagogy. *Choral Journal*, 53(2), 39-49. Recuperado en Ebsco host.

Niño, R. V. M. (2003a). Secretos de la competencia comunicativa. En Y. Madero (Ed.), *Competencias en la comunicación: Hacia las prácticas del discurso*. (pp. 4-35). Bogotá: Ecoe.

Niño, R. V. M. (2003b). La oralidad y la escucha en el discurso. En Y. Madero (Ed.), *Competencias en la comunicación: Hacia las prácticas del discurso*. (pp. 91-105). Bogotá: Ecoe.

New York Vocal Coaching. (2016, 18 de abril). Ep. 86 "How To Sing Chest Voice" - Vocal Register World Tour 1. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Rg2qjuzloKE>

New York Vocal Coaching. (2016, 8 de mayo). Ep. 87 "How To Sing Head Voice" - Vocal Register World Tour 2. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=KaMJ9YvnUNw>

New York Vocal Coaching. (2016, 29 de mayo). Ep. 88 "How To Sing Mix Voice" - Vocal Register World Tour 3. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=obzz4a3tO4U>

Ráez, E. (1999) La dimensión sensible de la expresión oral. *Maestros*, 5(11), 11-13.

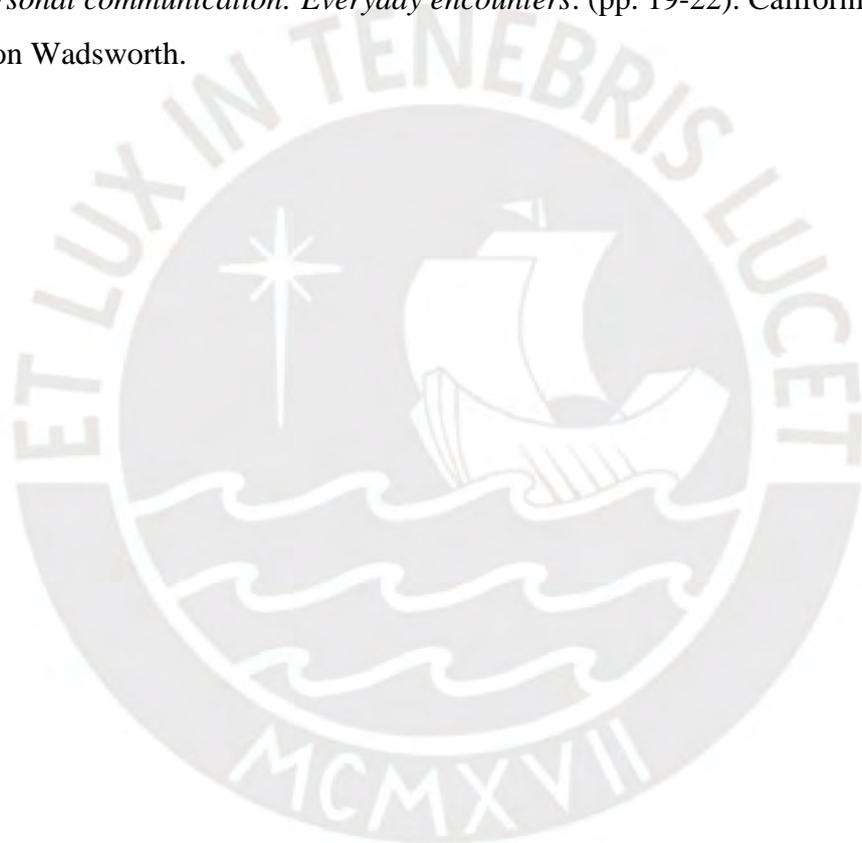
Schutz, W. (2001) Lo interpersonal. En L. Wolsof (Trad.), *Todos somos uno: La cultura de los encuentros*. (pp. 34-37). Buenos Aires: Amorrortu.

Stein, H. (2000). El arte de cantar: su dimensión cultural y pedagógica. *Revista musical chilena*, 54(194). doi:10.4067/S0716-27902000019400005

Stevanovic, M. y Frick, M. (2014). Singing in interaction. *Social Semiotics*, 24 (4), 495-513. doi: 10.1080/10350330.2014.929394

Westmyer, S. A., DiCioccio, R. L. & Rubin, R. B. (1998). Appropriateness and effectiveness of communication channels in competent interpersonal communication. *Journal of Communication*, 48(3), 27-48. Recuperado de Ebsco host

Wood, J. (2007). Models of interpersonal communication. En Allen, H. (ed.), *Interpersonal communication: Everyday encounters*. (pp. 19-22). California: Thomson Wadsworth.



ANEXOS

Anexo 1: Entrevista a profundidad a profesores

OBJETIVO: Identificar las **técnicas utilizadas por profesores de canto** en colegios, universidades o instituciones dedicadas a la voz.

Datos de la institución:

Nombre:

Distrito:

Datos del profesor:

Nombre:

Formación:

1. ¿Dónde estudió música y en qué área de la música se ha especializado?
2. ¿Qué técnica o técnicas ha aprendido para el uso de la voz?
3. ¿Cuáles son las características de dicha(s) técnica(s)?
4. ¿Cuándo inició su labor como docente de música y canto?
5. ¿Cuándo inició a dirigir coros y/o talleres de canto?
6. Actualmente, ¿en qué ámbitos musicales ejerce?

Sobre el taller:

Técnica vocal

7. De la o las técnicas que ha aprendido, ¿Utiliza alguna de estas en el taller de coro del colegio?
8. ¿Se especializan en un tipo de repertorio? ¿Canto lírico o popular?
9. ¿Cómo es un calentamiento de rutina en las clases? ¿Qué tipos de ejercicios realizan?
10. ¿Cuáles son los ejercicios vocales infaltables?
11. ¿Hacen calentamiento de cuerpo?
12. ¿Los alumnos también aprenden teoría musical? ¿Utilizan partituras o es todo a oído?

Dinámica del taller de canto o coro

13. ¿Cuál es la cantidad apropiada de miembros para formar un coro?
14. ¿Existen requisitos para formar parte del taller de canto o coro del colegio?
15. ¿Cómo es la estructura de una clase?

Anexo 2: Encuesta inicial

Taller de canto "Conoce tu voz"

Nombre completo:	
Grado y sec:	
Edad:	

¿Tienes alergias, asma, sinusitis, rinitis o algo similar?
¿Has llevado clases de canto antes? ¿Dónde o con qué profesor?
¿Has cantado en público? ¿Dónde?
¿Qué música te gusta escuchar? ¿Tienes cantante favorito?
¿Qué es el canto para ti?
¿Cuáles son tus metas personales? (Familia, estudios, vida personal) Si tienes un GRAN sueño de cómo te imaginas en tu vida adulta, también puedes colocarlo aquí.
¿Te consideras introvertido o extrovertido? ¿Por qué?
¿Qué esperas de este taller?

¡GRACIAS! BIENVENIDO
AL TALLER

Anexo 3: Matriz de variables e indicadores

MATRIZ DE VARIABLES E INDICADORES	
SESIÓN N°	Alumno:
Fecha: / /2017	Grado y sección:
Autoconfianza	
Volumen al hablar	<input type="checkbox"/> Bajo <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Medio alto <input type="checkbox"/> Seguro Observaciones:
Interacción con el grupo	<input type="checkbox"/> Baja <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Alta Observaciones:
Disposición al ensayo-error	<input type="checkbox"/> Baja <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Alta Observaciones:
Registros	Voz de pecho: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Voz de cabeza: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Voz mixta: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Observaciones:
Resonancia	Laringe neutra: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Laringe baja: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Laringe alta: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Uso de la máscara: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Vocalización: <input type="checkbox"/> No lograda <input type="checkbox"/> En proceso <input type="checkbox"/> Lograda Observaciones:
Expresión corporal	Centro: <input type="checkbox"/> Débil <input type="checkbox"/> Medio <input type="checkbox"/> Fuerte Tensión: Marcar si muestra tensión (puede ser más de una) <input type="checkbox"/> Hombros <input type="checkbox"/> Cuello <input type="checkbox"/> Torso <input type="checkbox"/> Rodillas <input type="checkbox"/> Ninguna Mirada: <input type="checkbox"/> Muy variante <input type="checkbox"/> Poco variante <input type="checkbox"/> Fija Observaciones:
Capacidad interpretativa	<input type="checkbox"/> Muy baja <input type="checkbox"/> Baja <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Muy alta Observaciones:
Capacidad escucha	
Asimilar indicaciones	Cuando se explican los ejercicios grupales e individuales: <input type="checkbox"/> Entiende y realiza lo que se le indica

	<input type="checkbox"/> No entiende fácilmente. <input type="checkbox"/> Entiende y no quiere realizarlo. Cuando se pide que hagan filas, círculo o que tomen asiento: <input type="checkbox"/> Lo realiza al instante <input type="checkbox"/> Lo realiza después de un momento <input type="checkbox"/> No quiere realizarlo Observaciones:
Concentración	Durante los ejercicios grupales e individuales: <input type="checkbox"/> Distráido <input type="checkbox"/> Atento Durante la participación de sus compañeros en el trabajo personal: <input type="checkbox"/> Distráido <input type="checkbox"/> Atento Observaciones:
Trato con los compañeros.	<input type="checkbox"/> Respetuoso <input type="checkbox"/> Bromista <input type="checkbox"/> Conversador <input type="checkbox"/> Poco respetuoso <input type="checkbox"/> Serio <input type="checkbox"/> No conversador Observaciones:
Trato con la profesora	<input type="checkbox"/> Respetuoso <input type="checkbox"/> Conversador <input type="checkbox"/> Poco respetuoso <input type="checkbox"/> No conversador Observaciones:



Anexo 4: Tabla de descripción de valores

DESCRIPCIÓN DE VALORES	
Variable: Autoconfianza	
Indicador	Valores
Volumen al hablar	<p>Bajo: Casi no se le escucha en todo momento. Habla muy tímidamente.</p> <p>Medio: Se le escucha en casi todo momento. Muestra algo de timidez.</p> <p>Medio alto: Se le escucha en todo momento. Muestra soltura, pero no conecta con el cuerpo.</p> <p>Seguro: Se le escucha en todo momento y muestra firmeza en su voz conectada al cuerpo.</p>
Interacción con el grupo	<p>Baja: No se integra al grupo</p> <p>Media: Se integra, pero tiene momentos en que se aísla.</p> <p>Alta: Se integra bien al grupo.</p>
Disposición al ensayo-error	<p>Cuando se pide voluntarios para salir en el momento individual:</p> <p>Baja: Sale sólo si es que se le indica. Le avergüenza mucho hacer ciertos ejercicios de voz.</p> <p>Media: Se ofrece a salir luego de un rato de silencio. Le avergüenza un poco hacer ciertos ejercicios de voz.</p> <p>Alta: Se ofrece al instante. Sobrepasa la vergüenza que le pueda surgir al hacer los ejercicios de voz.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Registros	<p>Para los tres tipos de registros:</p> <p>Voz de pecho, voz de cabeza, voz mixta.</p> <p>Los siguientes valores:</p> <p>Lograda: Siempre la puede realizar bien</p> <p>En proceso: A veces no la puede realizar bien.</p> <p>No lograda: No la puede realizar bien.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Resonancia	<p>Los siguientes son elementos involucrados en la resonancia de nuestro aparato fonador:</p> <p>Laringe neutra, laringe baja, laringe alta, uso de la máscara, vocalización.</p> <p>Se les atribuyen los siguientes valores:</p> <p>Lograda: Siempre la puede realizar bien</p> <p>En proceso: A veces no la puede realizar bien.</p> <p>No lograda: No la puede realizar bien.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Expresión corporal	<p>Centro:</p> <p>Débil: Tiene la zona abdominal y pélvica muy relajada, afectando su postura de torso y hombros. No proyecta nada de energía.</p> <p>Medio: Tiene la zona abdominal y pélvica más activa, lo cual se refleja en una postura más erguida, pero no llega a proyectar mucha energía.</p> <p>Fuerte: Tiene la zona abdominal y pélvica bien activa, lo cual se refleja en una postura adecuada que proyecta energía.</p> <p>Tensión: Marcar si muestra tensión en hombros, cuello, torso, rodillas, o ninguna.</p> <p>Mirada:</p> <p>Muy variante: No es capaz de mantener la mirada fija en un punto</p> <p>Poco variante: Mantiene la mirada fija por cierto tiempo, luego refleja duda mirando a otro lado.</p>

	<p>Fija: Es capaz de mantener su mirada enfocada, capaz de cambiar de foco o dirección de la mirada con una intención clara</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Capacidad interpretativa	<p>Refleja la conexión del cuerpo con la voz y la intención de la canción.</p> <p>Muy baja: No conecta el cuerpo con la voz y no me transmite ningún sentimiento.</p> <p>Baja: No conecta el cuerpo con la voz, pero insinuación de conexión con la letra e intención de la canción.</p> <p>Media: Conecta un poco el cuerpo con la voz y tiene conexión con la letra e intención de la canción en la mayoría de momentos</p> <p>Alta: Conecta el cuerpo con la voz y tiene conexión con la letra e intención de la canción en todo momento.</p> <p>Muy alta: Atrapa al público al instante. Conecta el cuerpo con la voz y tiene conexión con la letra e intención de la canción en todo momento.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Capacidad escucha	
Asimilar indicaciones	<p>Cuando se explican los ejercicios grupales e individuales:</p> <p>Entiende y realiza lo que se le indica No entiende fácilmente. Entiende y no quiere realizarlo.</p> <p>Cuando se pide que hagan filas, círculo o que tomen asiento.</p> <p>Lo realiza al instante Lo realiza después de un momento No quiere realizarlo</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Concentración	<p>Durante los ejercicios grupales e individuales:</p> <p>Distraído: Pierde el enfoque por momentos. Atento: Está enfocado en todo momento.</p> <p>Durante la participación de sus compañeros en el trabajo personal:</p> <p>Distraído: Habla con sus compañeros o mira el celular. Atento: Observa detenidamente el trabajo de su compañero.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Trato con los compañeros.	<p>Respetuoso: Escucha a su compañero cuando está cantando al frente y hace comentarios atinados.</p> <p>Poco respetuoso: No escucha a su compañero cuando está cantando y hace comentarios inapropiados.</p> <p>Bromista: Usa bromas apropiadas que hace reír a los compañeros.</p> <p>Serio: No hace bromas, ni se ríe mucho de las bromas.</p> <p>Conversador: Habla constantemente</p> <p>No conversador: No habla mucho.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>
Trato con la profesora	<p>Respetuoso: Escucha a la profesora y hace comentarios atinados.</p> <p>Poco respetuoso: No escucha a la profesora y hace comentarios inapropiados.</p> <p>Conversador: Habla constantemente con la profesora</p> <p>No conversador: Habla con la profesora sólo por iniciativa de ella.</p> <p>Observaciones: Especificaciones relevantes según cada alumno.</p>

Anexo 5: Entrevista final a alumnos

ENTREVISTA FINAL	
Variable: Autoconfianza	
Indicador	Preguntas
Volumen al hablar	Observar/ escuchar 1. Al inicio te considerabas, introvertido/extrovertido. ¿Crees que eso ha cambiado en algo?
Interacción con el grupo	2. ¿Cómo es tu relación con tus compañeros de colegio, y con tu familia? ¿Hay alguna diferencia antes y después del taller?
Disposición al ensayo-error	3. ¿Cuál suele ser tu reacción cuando algo te sale mal? ¿Notas alguna diferencia ahora?
Registros	4. ¿Qué elementos de técnica vocal hemos aprendido? 5. ¿Cuáles son los 3 registros básicos que hemos aprendido? ¿Cuál te ha sido más fácil dominar, cuál más complicado? 6. ¿Qué me puedes decir sobre la compresión de cuerdas vocales?
Resonancia	7. ¿Qué me puedes decir sobre la resonancia? 8. ¿Qué me puedes decir sobre la laringe? 9. ¿Qué me puedes decir sobre la respiración? 10. ¿Qué me puedes decir sobre la vocalización?
Expresión corporal	11. ¿Por qué es importante calentar el cuerpo antes de cantar? 12. ¿Cómo sé que tengo una postura correcta? 13. ¿Por qué es importante la mirada al cantar?
Capacidad interpretativa	14. ¿Qué consideras más importante para poder interpretar una canción? 15. ¿Te ha sido fácil conectar con la letra de la canción?
Autovaloración	16. ¿Con todo lo que has aprendido, cómo te sientes respecto a tu voz?
Variable: Capacidad escucha	
Asimilar indicaciones	17. Pedir realizar algún ejercicio de ritmo y voz.
Concentración	18. Pedir realizar el mismo ejercicio, pero en distintas voces y que continúe.
Trato con los compañeros.	19. ¿Qué opinas de tus compañeros de canto?
Dinámica de trabajo	20. ¿Cuál era tu momento favorito de la clase? ¿Y el menos favorito? 21. ¿Qué fue lo que hizo que te quiera quedar en el taller hasta el final?
Trato con la profesora	22. De mi forma de enseñar, ¿qué mejorarías?

Anexo 6: Comunicado/ permiso de padres de familia.

Lima, setiembre 2017

Estimados padres de familia:

Tengan un cordial saludo. Soy La profesora de arte (*Nombre de la profesora*), con el respaldo de la Dirección General de la I.E (*Nombre del colegio*), presentamos el taller de canto “Conoce tu voz”. Este taller es guiado por la señorita Anaité Caycho, egresada de la Pontificia Universidad Católica del Perú y quien se encuentra realizando su tesis de licenciatura acerca del tema: “Cantar para comunicar: Beneficios en la comunicación interpersonal en adolescentes a través del conocimiento de su voz como instrumento musical”.

Su hijo(a), por tener habilidades en el canto, ha sido seleccionado (a) para el taller “Conoce tu voz” que tiene como objetivo brindar un espacio donde el alumno pueda conocer su voz en distintas facetas del canto y analizar cómo va evolucionando su comunicación interpersonal en el proceso. Asimismo, el taller busca formar un ensamble de voces que se presentará al finalizar el año escolar, día en el cual se les hará entrega de un certificado por haber culminado satisfactoriamente el taller.

Los días de clase serán martes y jueves de 2 a 4pm, inicia el martes 19 de setiembre y finaliza el 7 de diciembre, con una fecha adicional en quincena de diciembre para la muestra final, en el colegio Romeo Luna Victoria.

Por medio de este documento, yo autorizo a mi hijo(a)..... formar parte del taller “Conoce tu voz”, el cual es parte de la investigación de tesis de licenciatura de la señorita Rocío Anaité Caycho Verástegui.

Firma.....

Anexo 7: Consentimiento informado

Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación de Tesis de Licenciatura es conducida por Rocío Anaité Caycho Verástegui, egresada de la Facultad de Ciencias y Artes de la Comunicación con Especialidad en Artes Escénicas de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Asimismo, dicha investigación es realizada en el marco del PADET 2017, programa de apoyo económico gestionado por el Vicerrectorado de Investigación de la PUCP. El objetivo de este estudio es analizar la evolución en la comunicación interpersonal de alumnos entre 2do y 4to de secundaria, durante el proceso de un taller de canto diseñado para que conozcan las capacidades musicales de su voz de manera saludable.

Si usted accede a que su hijo(a) participe en este estudio, se usará la información en base a lo observado en el taller de canto “Conoce tu voz” y en las grabaciones en video de las clases, así como los comentarios que su hijo(a) haya hecho voluntariamente sobre el taller. Asimismo, se realizará una entrevista personal a su hijo(a) que tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante dicha sesión se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que haya expresado. Por último, se realizará un video informativo con fragmentos de las clases, donde se explicará la naturaleza del proyecto y se incluirán algunos comentarios de los estudiantes.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas a la entrevista serán utilizadas en la investigación de modo anónimo para proteger la identidad de los menores de edad. Una vez transcritas las entrevistas, las grabaciones se eliminarán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante la participación de su hijo(a) en él. Igualmente, su hijo(a) puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto la participación de mi hijo(a) _____ en esta investigación, conducida por Rocío Anaité Caycho Verástegui. He sido informado(a) de que el objetivo de este estudio es analizar la evolución en la comunicación interpersonal de alumnos entre 2do y 4to de secundaria, durante el proceso de un taller de canto diseñado para que conozcan las capacidades musicales de su voz de manera saludable.

Me han indicado también que mi hijo(a) tendrá que responder preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente 30 minutos.

Reconozco que la información que mi hijo(a) provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin su consentimiento y el mío. He sido informado(a) de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que mi hijo(a) puede retirarse del mismo cuando así lo decida, sin que esto tenga perjuicio alguno para su persona. De tener preguntas sobre la participación de mi hijo(a) en este estudio, puedo contactar a Rocío Anaité Caycho Verástegui al teléfono 989616385 o al correo anaite.caycho@pucp.pe

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a Rocío Anaité Caycho Verástegui al teléfono y/o correo anteriormente mencionados.

Nombre del Apoderado

Firma del Apoderado

Fecha

Rocío Anaité Caycho Verástegui

Nombre del Investigador

Firma del Investigador

Fecha

